

حياة الطهارة

مبادئ مبسّطة في التربية الجنسية
للفتيان والفتيات



أصدقائي..

هيا بنا ندخل في الموضوع..

الجنس في حياة الإنسان

وكيف نحيا حياة الطهارة..؟!

الفصل الاول

موقع الغريزة الجنسية في الإنسان

تعالوا نتجول في رحلة سريعة داخل نفوسنا، حتى نعرف وضع ريزة الجنسية بالضبط.. سنستطيع تمييز أربع قوى هامة موجودة 'خلنا، وهي من الأعلى إلى الأدنى بالترتيب:

١- الروح.

٢- العقل.

٣- العاطفة.

٤- الغريزة.

١- الروح: - هي نفخة الله المحيية في جسدنا.

- أسمى ما فينا.

- تشتاق إلى الله.

- تتصل بالروح القدس.

- تتغذى بالصلاة وقراءة كلمة الله، والتسبيح

والترنيم، والتناول من الأسرار.

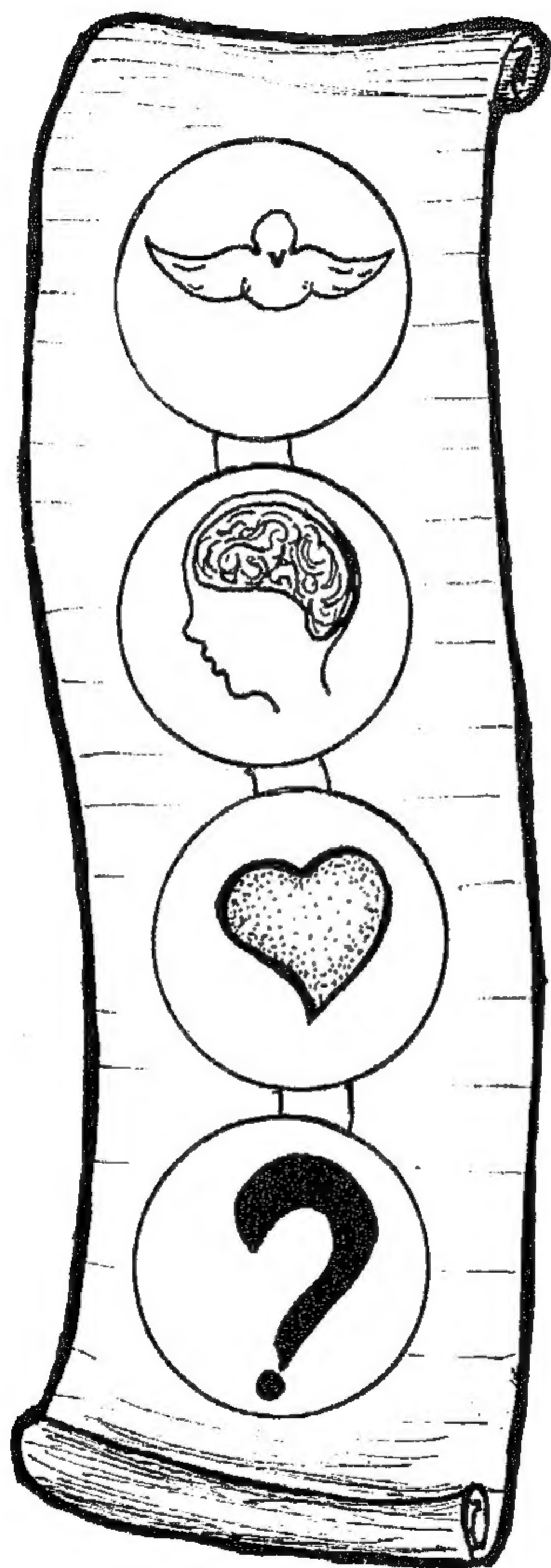
- أفضل ما يقود الإنسان، فيجب أن نعطيها
موقع القيادة في أعلى مكانة..

+ مع أن الروح هي أسمى عطايا الله لنا، فالكثيرون يهملونها،
ولا يعطونها مكانتها، ولا يهتمون بتغذيتها، فتذبل وتضعف.. وقد
تأخذ العاطفة والانفعالات أو الغرائز مكانها في القيادة، فتحدث
المصائب ويتوه الإنسان عن خلاص نفسه..
اهتم بتغذية روحك.. وبأن يكون وضعها دائماً في القيادة حتى
تسير سفينتك بسلام إلى برّ الأمان.

٢ - العقل: - هو نعمة من الله.

- يلي الروح في الأهمية.
- يميز الإنسان عن الحيوان.
- له قدرات هائلة.
- به تزن الأمور، ونقيم كل التصرفات.
- يجب أن يأخذ مكانته مع الروح في قيادة
الإنسان.

+ مع أن الله أعطى لكل منا عقلاً، فالبعض لا يضعونه في
مكانته.. بل أحياناً لا يستعملونه..! وبالتالي يختل توازنهم،



ويخطئون كثيراً..

إسأل نفسك الآن.. هل تُعطي العقل مكانته في حياتك؟!
عود نفسك أن تفكر قبل أن تتكلم.. وتفكر بهدوء قبل أن
تتصرف أو تتحرك!..

٣ - العاطفة: - هي عطية مباركة من الله.

- وجودها ضروري لتحقيق إنسانيتنا.

- تشمل الأحاسيس والمشاعر والانفعالات.

- بها نُعبّر عما بداخلنا، ونحس بالآخرين،

ونحب....إلخ.

- من الخطأ أن تأخذ هي القيادة في حياتنا. فلا

نستسلم لها ونجعلها تقودنا.

- يجب أن نعطيها مكانتها بعد الروح والعقل.

+ العاطفة بركة من الله، ولكنها لا تُصلح أن تكون في موقع

القيادة.. فهي تتقلب وتتغير وتتغير الظروف.. لذلك لنعطيها

مكانتها بعد الروح والعقل.. تأخذ حجمها فقط بدون زيادة أو

نقصان، ونحرص أن تكون مقدسة ومنضبطة..

وبالنسبة للفتيات بالذات.. والعاطفة لها مكانة كبيرة في

شخصيتهن؛ يجب أن يحذرن بوعي من أن يستميلهن أحد

عن طريق الكلمات المعسولة التي تخدّر العاطفة، إلى
تكوين علاقات تبدو في بدايتها أنها بريئة، وتنتهي
بالانحرافات الخطيرة.. وبخسارة على كل المستويات!..

ويجب أن نفهم أننا أن الطهارة ليست تدميرًا للحواس
والعواطف.. فليس المطلوب أن نلغي عواطفنا، بل أن نقدها
ونسيطر عليها!..

هذه القوى الثلاثة خالدة.. أي لا تموت بموت الجسد.
بعكس الغريزة التي ترتبط بالجسد وتنتهي بموته.

٤ - الغريزة:

وهي موضوع حديث هذا الكتاب، لذلك سنلقي عليها الضوء
بشيء من التفصيل..

الغرائز هي مجموعة قوى مهمة غرسها الله في الإنسان من
أجل منفعتة، مثل غريزة الأكل - غريزة الجنس - غريزة حب
الاستطلاع^(*)... إلخ

(*) يوجد عند العلماء تصنيفات ونظريات متعددة للدوافع والغرائز وعددها.

فهي دوافع مباركة وضعها الله بداخلنا، من أجل خيرنا...! نأكل لكي ننمو ونأخذ طاقة جسدية للحياة.. نمارس الجنس لكي نتوالد ويتكاثر الجنس البشري.. نستطلع الأمور لكي نكتشف ونخترع أشياء جديدة تساعدنا في الحياة.. وهكذا.... إلخ.

بعد سقوط آدم تأثرت الغريزة المباركة، ودخلها الفساد، وأصبح الشيطان يوجهها بسهولة ناحية الشهوات، ويحاول أن يجعلها صاحبة الصوت الأعلى في الإنسان لكي تقوده إلى الأرضيات وتجعله يتشبث بها، وينسى وطنه السماوي والمجد المُعدّ له.. لذلك يجب أن نضع الغريزة في موقعها بالضبط بدون زيادة أو نقصان، بعد الروح والعقل والعاطفة..

مع ملاحظة الآتي:

- الغريزة تنتهي بموت الجسد، بخلاف الروح والعقل والعاطفة..

- تشترك معنا الحيوانات في امتلاكها للغرائز..

- يلزم أن تكون غرائزنا منضبطة.. وإلا شابها الحيوانات..

مثلاً:

عندما تتورق فينا غريزة الجوع، ونحن في الشارع، فنحن لا نخطف أي فاكهة من أي محل في الطريق

لنُشبع غريزتنا.. فهذا يعني أننا ألغينا الروح والعقل
والعاطفة، وتصرفنا بالغريزة فقط..!

التصرف الإنساني السليم هو أننا نضبط الغريزة حتى
نعود للمنزل، ثم نأكل بهدوء وشكر ما يُقدّم لنا..
وهكذا كل الغرائز يجب أن تكون منضبطة..!

وسنبداً الآن في الحديث عن الغريزة الجنسية في الإنسان، بعد أن
عرفنا موقعها بالنسبة للقوى الإنسانية داخلنا..

سنشرح الغريزة الجنسية من ناحية التركيب الجسماني والعمل..

ثم من الناحية الإنسانية والنفسية..

ثم من الناحية الروحية..



الفصل الثانى

التركيب الجسمى للأعضاء الجنسية

وطريقة العمل والتحكم

(عرض سريع)

الجهاز الجنسي في الإنسان يسمّى جهاز التكاثر أو الجهاز التناسلي، ومثل أي كائن حيّ فهو يتكون من مجموعة أعضاء دقيقة، وظيفتها حفظ النوع.. ويهمنّا في التركيب الجسمي أن نركّز على الآتي:

أ- أعضاء أساسية داخلية:

وتشمل الخصيتين في الذكّر، والمبيضين في الأنثى.

ب- صفات ثانوية خارجية:

مثل توزيع الشعر، والصوت، وتوزيع الدهن في الجسم.. إلخ

وفي مرحلة المراهقة، وبداية سنّ البلوغ، تبدأ الغدد الأساسية

(الخصبتان والمبيضان) في إفراز هرمونات^١ في الدم، وهذه الهرمونات هي المسئولة عن بدء ظهور الصفات الثانوية المميزة لكل جنس.. كما تفرز الخصيتين: السائل المنوي^٢ والمبيضين: البويضات^٣.

+ **بالنسبة للولد**.. يمرّ السائل المنوي في قناة طويلة داخل البطن، ثم يُخْتَزَن في حويصليتين خلف المثانة البولية، وعندما يمتلئان يخرج منهما كمية أثناء النوم فيما يُسمَّى بالفيض الليلي^٤.. والجزء الأكبر من هذا السائل يُعاد امتصاصه في الجسم فيعطيه طاقة كبيرة للنشاط والحركة والرياضة وكل عمليات الجسم الحيوية.. فهذا السائل الغالي هو وقود ثمين للشباب يستفيد منه الجسم استفادة

^١ الهرمون هو سائل كيميائي يسير في الدم له وظيفة حيوية للجسم.. وكل هرمون له تأثير خاص على جهاز أو عضو معين في الجسم.

^٢ السائل المنوي هو سائل يميل للون الأبيض ويحمل كميات ضخمة (بالملايين) من الخلايا الذكورية (الحيوانات المنوية).

^٣ هي الخلايا الأنثوية.

^٤ سنتحدث عن هذه الظاهرة بالتفصيل في الفصل السابع.

هائلة، والتفريط في هذا السائل^٥ يُفقد الإنسان قدرًا ملموسًا من صحته ونشاطه وحيويته.

+ **بالنسبة للبنت**.. تمرّ البويضة في قناة إلى الرحم^٦، وإذا لم يحدث الحمل (لأن البويضة لم تلتق بحيوان منوي) تنزل البويضة مع جزء من جدار الرحم الداخلي مصحوبة بدم إلى خارج الجسم، فيما يُعرف بالحيض أو الدورة الشهرية، وهي تستغرق حوالي ٣-٧ أيام كل شهر.

ملحوظة

بالنسبة لعمل الهرمونات:

الشهوة الجنسية في الإنسان هي نتيجة لإفراز الهرمونات الذكرية والأنثوية عند الرجل والمرأة.. وهذه الهرمونات تؤثر على الجهاز العصبي بصورة فعّالة، وتسبب الإحساس بالشهوة. وعدم الاستجابة لتيار الشهوة يجعل الجسم يمتصّ هذه الإفرازات المتكوّنة

^٥ سنتحدث عن خطورة العادة العرية في الفصل التاسع.

^٦ عضو عضلي في حجم قبضة اليد، يستقر وينمو فيه الجنين أثناء فترة الحمل، وينمو حجم الرحم معه، ثم يعود إلى حجمه الأصلي بعد الولادة.

من الغدد الجنسية، فتدور مع الدم في دورته في الجسم، وتشحن الجسم كله بحيوية ونشاط في شتى ميادين الحياة.. ولهذا نلاحظ توافر الصحة عند الرهبان والراهبات رغم تقشفهم الشديد، كما نلاحظ القوة الذهنية التي يتمتع بها معظمهم.. وأمامنا أيضاً أمثلة في الكتاب المقدس مثل دانيال والثلاثة فتيّة... وغيرهم...!



الفصل الثالث

الجنس إنسانياً

عندما نحاول أن نتعرف على صفات الغريزة الجنسية، من الناحية الإنسانية؛ سنجد أمامنا أربع صفات رئيسية.. نستطيع أن نسميها:

*** المبادئ الإنسانية الأربعة للغريزة الجنسية:**

(١) الغريزة الجنسية في الإنسان تختلف جذرياً عن الغريزة الجنسية في الحيوان...

- فهي في الحيوان مجرد دافع بيولوجي (حيواني).. هناك مؤثر
← يؤدي إلى استجابة... مجرد تفريغ طاقة، أو إنهاء توتر..

Stimulus → Response

- أما في الإنسان فهي ليست دافعاً حيوانياً، بل الغريزة تحمل دوافع إنسانية مملوءة بالعواطف الراقية، ولها أغراض إنسانية سامية، وليست مجرد تفريغ طاقة..!

- لنأخذ مثلاً من غريزة أخرى نستعملها كل يوم لتقرب لنا

المعنى، وهي غريزة الأكل..

* العجول تأكل، والعقول أيضاً تأكل.. وفارق كبير بين العجول

والعقول...!

* ففي الحيوان نجد أن الأكل يأتي استجابة للجوع، وعندما

تمتلئ البطن يتوقف الحيوان عن الأكل. وبالطبع الحيوان يأكل

طعامه بأي صورة، لايهمه شكله أو نظافته أو طريقة تقديمه.... إلخ

* أما الإنسان فليست الغريزة مجرد ملء بطن، ولكن الأكل

وسيلة إنسانية للعلاقات:

+ فنجد الزوجة تتعب في إعداد الطعام، ولكنها لاتأكل إلا

بعد أن تنتظر زوجها، لياكلا سوياً، مع أنها قد تكون

جائعة جداً.. فهنا الأكل له معنى إنساني راقى، ليس مجرد

ملء بطن...!

+ وأيضاً نقول مثلاً (أكلنا مع بعض عيش وملح) وهذا

معناه أن هناك عشرة ودية بيننا، ولايمكن أن نخون أحدا

الأخر.

+ وأيضاً يلزم أن يكون الأكل نظيفاً، ومقدماً بطريقة

لطيفة منسقة، وإلا نفقد الشهية للأكل...!

* من هذه الأمثلة نتأكد أن الأكل عند الإنسان يتجاوز مجرد سد الجوع مثل الحيوان، وهكذا أيضًا بالنسبة للغريزة الجنسية، فهي ليست ممارسة حيوانية ولكن لها معاني إنسانية نبيلة وراقية..

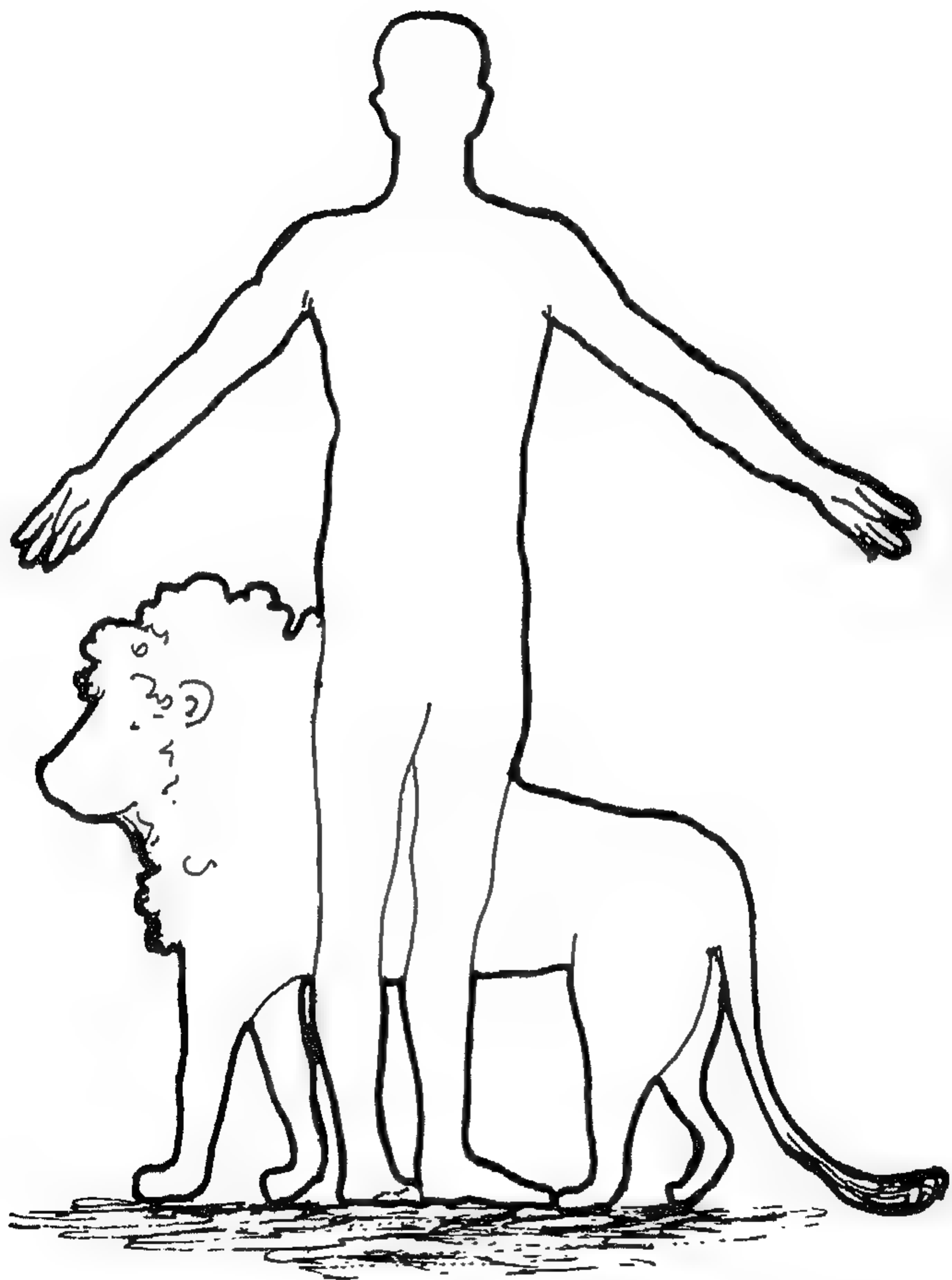
- فهي وسيلة إنسانية للعلاقات **Humanistic mean for communications** وليست مجرد تصريف طاقة، أو إنهاء توتر واستجابة لمؤثر كالحيوان!..

- هي وسيلة اتحاد وتفاهم وشركة.. الزواج شركة حياة؛ فيقول الشاب مثلاً إنني أريد أن أختار شريكة حياتي.. وهذا غير موجود عند الحيوان.

(٢) الغريزة الجنسية في الإنسان مرتبطة بالشخصية ككل، تؤثر فيها وتتأثر بها..

فهي جزء هام من مكونات الشخصية، لا نستطيع أن نعزله جانباً.. فإذا كان الإنسان ناجحاً في حياة الطهارة، ضابطاً لغريزته، متسامياً بطاقاته، تصير شخصيته متماسكة متزنة نامية بلا اهتزاز.. أما إذا كانت هناك اضطرابات وعثرات في طريق الطهارة، فهذا بالتأكيد ينعكس على الشخصية ويشوّهها..

والعكس أيضاً صحيح.. فالذي ينمو طبيعياً، في بيئة نقية وأسرة متماسكة متحابّة، وتتمو شخصيته بطريقة سوية، يجد أنه من السهل



عليه أن يحفظ غريزته وطاقاته مقدسة. أما إذا كان هناك خلل في التربية أو البيئة، فنمو الشخصية يكون غير سليم، ويؤثر ذلك بالتالي على النواحي الجنسية أيضاً، فتحدث الانحرافات. من هنا نخرج بمبدأ هام، لكي يكون لنا شخصية إنسانية ناجحة؛ وهو أن:

[العِفَّة مَطْلَبُ إِنْسَانِيٍّ]

وهذه العبارة قالها قديماً في القرن الثاني العلامة ترتليان.

(٣) الغريزة الجنسية في الإنسان يمكن ضبطها والتحكم فيها..

وهذه ميزة كبرى تميّز الإنسان عن الحيوان.. حيث يوجد في التركيب التشريحي جزء مهم في المخ الإنساني هو: القشرة المخية **Cerebral Cortex** وهو غير موجود عند الحيوانات، حتى الراقي منها.. في هذه القشرة توجد المراكز العلوية **The higher Centers** التي تسيطر على جميع الدوافع، وتضبطها في الجسم*، ومن ضمنها؛ تتحكم في الغريزة الجنسية.

* مثل غرفة العمليات في الجيش تتحكم في كل التحركات، وتوجّه مراكز القيادة الف

فالحیوان مثلاً لا یستطیع ضبط نفسه عن أكل أي شيء وهو جائع، ولا یستطیع الامتناع عن المعاشرة الجنسية في موسم التزاوج ما دامت الظروف مُتاحة..

لأنستطیع مثلاً أن نقول أننا سنقیم صوماً للقطط حتى الساعة الثانية عشرة ظهراً، فما دام الأكل متاح لا یستطیع الحيوان أن یضبط نفسه، ولا دققة واحدة..

أما الإنسان فیستطیع ضبط نفسه بسهولة، فیصوم لمُدد طويلة، ویضبط میلَه للأكل حتى الموعد المحدد، وحتى یعود إلى مكانه المعتاد أن یأكل فيه (البيت مثلاً..) وهكذا یستطیع أن یضبط كل تصرفاته.. وغریزته الجنسية طبعاً..

ومن هنا فإن الإنسان الذي لا یضبط غریزته، بل یتركها هائمة تشتهي ما تشتهي وتفعل ما تفعل، هو ینحدر بنفسه إلى مرتبة الحيوانات.. وهو إنسان مسکین لا یعرف ماهی إمكانياته كإنسان! وإذا كانت هذه القدرة على التحكم تمثل فقط المستوى الإنساني^(*)، فكم بالأكثر تكون إمكانيات السيطرة على المستوى المسيحي^(**)!!!

(*) حتى لغير المسيحيين.

(**) ستقرأ عن المستوى المسيحي بالتفصيل في الباب القادم.

أخِي الحبيب.. أنت تستطيع أن تضبط نفسك.. أريد أن تمحو من قاموسك بعد اليوم كلمة "غضب عني".. أو "هذا مستحيل"!!..

(٤) الغريزة الجنسية في الإنسان هدفها الأصل هو الحب الحقيقي والشركة مع الآخر..

ففي المحبة يبذل الإنسان نفسه للآخر.. يبذل الزوج نفسه لزوجته، وتبذل الزوجة نفسها لزوجها..

من خلال هذا الحب الحقيقي البازل المُنْحَفي؛ يَسْمَحُ الله باشتراك الإنسان معه في الخلق. فمن خلال شركة الحب في الحياة الزوجية تُخْلَقُ أجيال جديدة في العالم^(*).. وإذا كانت هذه الغريزة تشاركنا مع الله، بقدر ما، في الخلق فهي غريزة سامية جدًا جدًا، ومباركة جدًا من الله ذاته..!

^(*) وكان نمو الخليقة لا يحدث إلا بالحب. فكما أن الحب هو الذي أوجد الخليقة، هكذا أيضًا لا يمكن أن تنمو إلا به.. من أجل هذا خلق الله الإنسان في جنسين مختلفين (ذكراً وأنثى) ويلزم أن تكون هناك شركة حب بينهما وبذل متبادل، لكي تنمو الخليقة، ويكون الحب هو باعث الحياة والتجديد.. وهذا لم يكن ليتحقق في وجود جنس واحد مثلاً يتوالد ذاتياً، فهذا الوضع تُزْرَعُ فينا الأنثية والاستقلال، ويتلاقى الحب والشركة.. من هنا رأت حكمة الله أن يخلقتنا في جنسين؛ ذكراً وأنثى، عندما يتنافران يفتيان، وعندما يتلاقيان بالحب المُنْحَفي في شركة الزوجية يتكاثران ويفرحان..!

والشركة والاتحاد والبذل والحب... هذه الأمور لا تتحقق إلا في سرّ الزواج المبارك، عندما يصل الإنسان وغريزته إلى مرحلة النضج.. لأن الذي يبذل نفسه هذا؛ لابد أن يكون ناضجاً ومسئولاً عن نفسه، لكي يستطيع أن يبذلها.. أما المراهق فلا يستطيع أن يبذل نفسه بالمعنى المطلوب للحب الحقيقي والزواج، لأنه لا يزال له ولي أمر مسئول عنه، فكيف يبذل نفسه..؟ أو يكون مسئولاً عن بيت وزوجة وأولاد؟!... ومن هنا أكد الآباء وعلماء التربية أنه لا يمكن أن يوجد حب بمعناه الحقيقي في مرحلة المراهقة.. وإنما يوجد فقط خداع وانفعالات عاطفية أو غريزية غير ناضجة لا ترقى إلى مستوى الحب الباذل.

فالغريزة في سن المراهقة تكون مثل الثمرة التي ظهرت على الشجرة، وتحتاج لبعض الوقت لكي تنضج قبل أن نقطفها ونستمتع بها... وهكذا لن يتحقق الهدف من الغريزة الجنسية، التي تبدأ في الظهور فينا في هذا السن، إلا بعد نضجها.. ويكون ذلك في سن الزواج.

وكما أنه خسارة كبيرة أن نقطف الثمرة من على الشجرة فور ظهورها، وقبل اكتمال نضجها؛ هكذا أيضاً خسارة كبيرة أن نعبث بطاقتنا وغريزتنا الجنسية، ونستعملها ونستنزفها قبل الزواج..!

وكما نحافظ على الثمرة الصغيرة وهي على الشجرة، ونرعاهما.
ونهتم بها حتى تتضج بهدوء؛ هكذا فنحن نرعى غريزتنا ونحفظها
بكل وقار، حتى يأتي الوقت المناسب لاستعمالها.

سن إعدادي ليس هو السن المناسب لاختيار شريك الحياة

بَقِيتُ ملحوظة أخيرة قبل أن نختم هذا الفصل، نود أن نوّكّد
عليها، وهي معنى الحب.. فمفهوم الحب يجب أن يكون واضحاً في
أذهاننا نحن أولاد الله.. هو ليس كما نشاهده في الغراميات
التليفزيونية من استلطاف ونظرات وكلمات معسولة.. إلخ.
ولكن الحب الحقيقي يعني البذل والتضحية من أجل الآخر..

|| "هكذا أحب الله العالم حتى بذل ابنه الوحيد.." (يو ٣)

الحب التزام.. والالتزام لا يكون إلا من خلال الخطوبة
والزواج..

ولعل هذه القصة الواقعية توضّح وتقرّب لنا المعنى المقصود..



حدثت هذه الواقعة مع نيافة المتتبع الأنبا بيمن أسقف ملوي الأسبق، ويحكىها بنفسه... حَدَّثَ أن أتاه شاب في ثانوي وحدّثه قائلاً:

- أنت تقول يا سيدنا أنه لا يوجد حُب حقيقي في سن إعدادي و ثانوي، ولكني غير مقتنع، لأنني في الحقيقة أحب (فلانة) الطالبة في الإعدادية حباً حقيقياً، ملائكياً، سماوياً، طاهراً، روحانياً.. نازلاً علينا من السماء.. وأريد بالفعل أن أتزوجها... فهل هذا خطية؟! أجابه الأنبا بيمن قائلاً:

- سأفترض أن كلامك صحيح. اسمح لي فقط أن أسألك سؤالاً، وأجبنى بصراحة.
- تفضل يا سيدنا.

- إذا حدث لهذه الأخت خلل في هرمونات جسمها، فبدأ شعرها يتساقط، وشكلها يتغير، وجسمها ووجهها يمتلئان بالبثور الصديدية ذات الرائحة الكريهة.. فهل تقبل أن تتزوجها؟
- أعوذ بالله... وهذه من يطيقها..؟!!

- كلام جميل.. لنفترض أن أختك التي تحبها (وكان له أخت في مثل سين البنات الأخرى) قد أصابها نفس الخلل في الهرمونات، وبدأت تعاني من نفس التشوهات، ماذا تفعل؟

- أهتمّ بها طبعًا، لكي تدخل أفضل مستشفى. وإذا كان والدي سيعجز عن الإتفاق على علاجها، سأترك المدرسة وأعمل في أي عمل، حتى أوفر لها مصاريف العلاج والدواء..
أجابه الأنبا بيمن:

- هذا هو الحب يا إني.. فالأخت الأولى كنت تحبها لا لذاتها بل لإرضاء شهواتك، وهذا ليس حبًا... أما أختك فأنت تحبها لشخصها، ومستعدّة أن تُعطيها وتبذل من أجلها... الأولى كنت تُريدها كشيء^(*) تستهلكه، وتتمتع به، وتأخذ منه لذتك، وهذه هي الأنانية بعينها... أما أختك فأنت تحبها بالحقيقة... لعلك الآن فهمت معنى الحب، واستتار لك الطريق!

(*) هذه الحالة [حالة استعمال الإنسان من أجل اللذة] يسميها العلماء: "تشييء الإنسان" أي نجعل الإنسان، وهو شخص له كرامته واحترامه، مثل شيء بلا كرامة، نبيعه ونشتره ونستهلكه.

أخيراً يا إخوتي.. لعلنا قد فهمنا، بعد أن تعلّمنا هذه المبادئ
الإنسانية، أن:

المشاكل العائلية، وأغلب الزوجات الفاشلة، سببها الرئيسى هو : عدم
وجود الحب الحقيقى، الذى هو أعمق هدف للغريزة الجنسية فى الإنسان.



الفصل الرابع

الجنس مسيحياً

يمكننا تلخيص النظرة المسيحية للجنس في النقاط التالية:

(١) المسيحية تؤمن بالمبادئ الإنسانية الأربعة، ثم تسمو وترتقي بها.

(٢) نحن هيكل الله، والروح القدس ساكن فينا..

"أم لستم تعلمون أن جسدكم هو هيكل للروح القدس الذي فيكم، الذي لكم من الله، وأنكم لستم لأنفسكم. لأنكم قد اشتريتكم بثمن. فمجدوا الله في أجسادكم وفي أرواحكم التي هي لله" [١ كو ٦: ١٩-٢٠]

"أما تعلمون أنكم هيكل الله، وروح الله يسكن فيكم، وإن كان أحد يفسد هيكل الله، فيفسده الله لأن هيكل الله مقدس الذي أنتم هو" [١ كو ٣: ١٦-١٧]

"لأن هذه هي إرادة الله قداستكم. أن تمتنعوا عن
الزنا.. أن يعرف كل واحد منكم أن يقتني إناءه
(جسده) بقداسة وكرامة... لأن الله لم يدعنا للنجاسة
بل في القداسة. إذاً مَنْ يُرْذِل لا يرذل إنساناً بل الله
الذي أعطانا أيضاً روحه القدوس" [١ تس ٤: ٣-٨]

إذن فخطية النجاسة موجهة إلى الله أولاً وأخيراً.. فهي إهانة
واحتقار لروح الله الساكن فينا [راجع أيضاً (٢ صم ١٢: ١٠) الله يكلم
داود، بعد خطيته ضد أوريا الحثي وامراته، فيقول له أنت احتقرتي أنا...!!]

(٣) الأعضاء الجنسية أعضاء مقدسة، ككل أعضائنا، تُدهن
بالميرون المقدس، وترشم لذلك رشماً خاصاً.. ومن هنا فهي
مكرسة ومختومة بختم المسيح!

(٤) إتحادنا بالمسيح في سيرة الإفخارستيا يجعلنا أعضاء من لحمه
ومن عظامه [أف ٥: ٣٠]، فصارت أعضاؤنا هي أعضاء المسيح..
"أفأخذ أعضاء المسيح، وأجعلها أعضاء زانية..

حاشا.. " [١ كو ٦: ١٥]

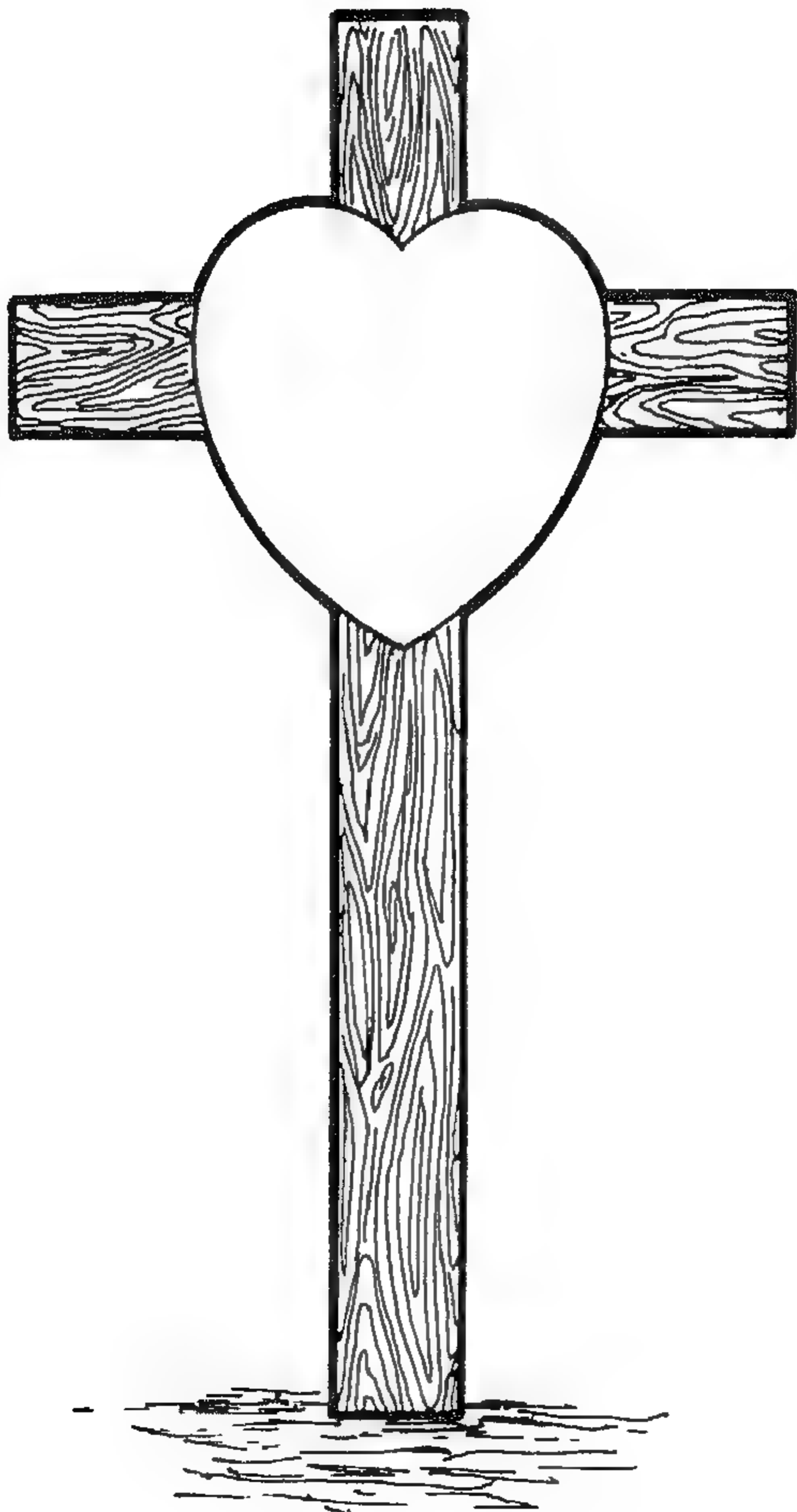
ولذلك صارت أعضاؤنا في خدمة الله، وليست لخدمة الخطية..
نُميت فيها الاتجاه الشرير، ونوجَّهها دائماً للبر والطهارة..

"فأميتوا أعضاءكم التي هي على الأرض: الزنا -
النجاسة - الهوى - الشهوة الرذيلة... الأمور التي من
أجلها يأتي غضب الله على أبناء المعصية" [كو ٣:
٥-٦]

"لا تُقدِّموا أعضاءكم آلات إثم للخطية بل قدِّموا
ذواتكم لله كأحياء من الأموات وأعضاءكم آلات بر
لله" [رو ٦: ١٣]

٥) الغريزة الجنسية عطية من الله، ونعمة غالية مقدسة..
والزواج عمل مُكرَّم ومقدَّس بركة الله، وهو الطريق الطبيعي
السليم لاستخدام الغريزة الجنسية، وفي ذلك يختلف تماماً عن
الممارسات الدنيسة الأنانية الخاطئة..

"ليكن الزواج مُكرِّماً عند كل واحد، والمُضجَع غير
مُجس. وأما العاهرون والزناة فسيدينهم الله"
[عب ١٣: ٤]



٦) المسيحية تحيا على مستوى المعجزة... سُكنى الله في الإنسان أعطاه إمكانيات إلهية لتسكن في هذا الإناء البشري الضعيف.. فصار الإنسان الترابي يحيا ويعمل بقوة الروح القدس الساكن فيه.. بإمكانيات الروح الهائلة..

"أستطيع كل شيء في المسيح الذي يقويني" [في ٤:

[١٣

"هذه هي إرادة الله قداستكم.. " [١ تس ٤: ٣]

فاذا أن إرادة الله قداستنا، فهو يضع كل إمكانياته الجبارة في خدمتنا..! وينتظر فقط أن تتوافق إرادتنا البشرية مع إرادته الإلهية...

فالله يستطيع أن يقيم الساقطين من أبشع مستنقعات النجاسة، ويحفظ الأطهار أمام كل تيارات الخطية بقوة لا تقهر، ويجدد فينا كل ما فسد ويخلقنا من جديد بالتوبة كل يوم.

المعجزة = عمل الله في حياة الإنسان

القديسة مريم المصرية

هي فتاة عاشت طفولتها وشبابها في أواخر القرن الرابع بمدينة
الأسكندرية، وعندما مات والداها، وهي في الثالثة عشرة من عمرها
تقريبًا، تفجرت طاقات شبابها لممارسة الخطية والدنس في أبشع
صُوره (أغاني بذيئة- أعمال قبيحة- سُكر- رقص وخلاعة-
زنا..) ووصلت في ذلك إلى أدنى درجات الانحطاط.. وعندما
قاربت الثلاثين من عمرها، كانت هناك سفينة مسافرة للأراضي
المقدسة للإحتفال بعيد القيامة، فركبتها دون أن يكون معها أجره
السَّفَر، ولكنها كانت بالنسبة لها مشكلة بسيطة لأنها تاجرت بجسدها
مع ركاب السفينة، وأغوت الكثيرين بدرجة بشعة حتى أنها قالت
عن تلك الأيام: "إنني أندesh كيف أن البحر استطاع أن يحتمل مثل
هذا الفسق؟! كيف أن الأرض لم تفتح فاهها لتبتلعني بعد خروجي
من السفينة مباشرة، وتدفعني حية إلى جهنم؟!"

ولكن الله برحمته الكثيرة، وهو الذي لا يشاء موت الخاطئ،
كان ينتظرها.. فعندما وصلوا إلى أورشليم، وهمت بالدخول إلى

الكنيسة وسط الجموع، أحست بقوة خفية تمنعها. الجميع يدخلون وهي لا تستطيع أن تتجاوز الباب...! وبعد عدة محاولات فاشلة تراجع وتجلست في الخارج، وبدأت تفكر في السبب... كان واضحاً أن حياتها الفاسدة وخطاياها صارت حاجزاً بينها وبين الله... أخذتها نوبة بكاء شديدة، فكانت تقرع صدرها بينما دموعها تنساب بغزارة، وعندما رفعت عينيها وجدت أيقونة للسيدة العذراء، فطلبت منها أن تعينها في توبتها، وتعهّدت أمامها بأن ترمي خلفها كل حياتها الدنسة الماضية، وتبدأ مع المسيح بداية جديدة.. أحست ببعض التعزية، وقامت لتدخل الكنيسة، فلم تجد أي صعوبة في الدخول وهناك بكت كثيراً، وصلت لكي يعينها الله لإكمال حياتها بين يديه.

قررت ألا تعود ثانية للإسكندرية، بل بعد أن اعترفت بكل شيء وتناولت من الأسرار المقدسة؛ انطلقت إلى البرية المجاورة لنهر الأردن، وظلت هناك سائحة تُقيم في العراء بلا مأوى لمدة ٤٧ سنة.. كانت تقف في أعشاب البرية، وتبلل لسانها بالندى المتراكم في الصباح على بعض الصخور... هاجمتها الشياطين بصورة وحشية في الـ ١٧ سنة الأولى من توبتها، وكانت تذكرها

بالصور والأغاني والأفعال الدنسة، ولكنها كانت تُقاتل بصلابة الرجال، وتسجد واضعةً وجهها في التراب، وتصرخ طالبةً معونة الرب يسوع وشفاعة السيدة العذراء.. وقد تظل على هذا الوضع أيامًا حتى تأتي معونة السماء بنور وبهاء وتطرد الشياطين..

وبعد انتصارها على مدى هذه الفترة الطويلة، انكسرت جذة الهجمات الشيطانية، وبدأت تستمتع بعشرة فائقة مع حبيب نفسها، المجروح لأجل معاصيها المسحوق لأجل آثامها [٥٣]

احترق جلدها من حرارة الشمس في الصيف، وكانت تتجمد من البرودة في الشتاء.. ولكن حب يسوع الذي ملك على كل جوارحها كان يُشعل قلبها بحب لا ينطفئ فتسير في الطريق وراءه بالدموع، وكل شهوتها أن تُقدم ذاتها ذبيحة حية على مذبح حبه..!

وقبل انتقالها من هذا العالم دبر الله لقاءها مع القديس زوسيماء القس، عرّفته باسمه، وقصّت عليه قصتها، وفي السنة التالية أحضر لها الأسرار المقدسة حسب طلبها، وناولها. وفي السنة الثالثة وجدها قد تنيحت وهي راكعة تُصلي، ووجهها ناحية المشرق، ووجد مكتوبًا بجانبها "إدفن هنا جسد مريم البائسة.. وصلي من أجلي"

فتعزّت نفسه وعاد لديره بفلسطين وكتب قصتها. وتعيّد لها كنيستنا
القبطية في ١٦ برمودة من كل عام.. بركة توبتها وطهارتها تكون
معنا آمين.

هاهي المسيحية تحيا على مستوى المعجزة...!
وهاهي التوبة تُصير الزناة بتولين وقديسين...!
وهاهي النعمة الإلهية تُجدّد وتُغيّر...
طوبى لمن أسلم نفسه لها...!!

"ها أنا أصنع كل شيء جديداً" [رؤ ٢١ : ٥]

وكل مسيحي لايعيش على مستوى المعجزة(*) في حياته
اليومية، هو ليس مؤمناً حقيقياً...!!
لذلك يلزمنا أن نترجى المعجزة، ونطلبها، ونُلخّ في الطلب، حتى
نأخذ قوتها في حياتنا.. فالقوة الإلهية لاتعطى للكسالى والنائمين.

المسيحية جبارة... المسيحية معجزة...!

(*) المقصود عمل الله اليومي في حياته.

صلاة



إلهي المحبوب يسوع..

دعني أتبعك،

وأفني حياتي لتمجيد وإكرام اسمك..

وأخدمك بكل طاقتي..

يا مَنْ أحببتني،

وبذلت ذاتك من أجل حرיתי..

أعطيك حياتي،

لتكون ملكاً لك..

آمين.

الفصل الخامس

حياة العفة في مرحلة المراهقة والشباب

تثور الكثير من التساؤلات في أذهان الفتيان والفتيات في هذا السن:

١- الفترة ما بين بداية عمل الأجهزة التناسلية في، وسن الزواج، فترة كبيرة.. كيف أحافظ على نفسي بدون خطية كل هذه المدة الطويلة؟!

٢- أريد العفة، ولكن الجو المحيط بي جو فاسد: المدرسة- المجتمع- التلفزيون- السينما- أفلام الفيديو- الأفكار- النكات القبيحة...

ماذا أفعل؟ هل أنعزل عن المجتمع؟!

٣- بداخلي طاقة كبيرة. هل المطلوب مني أن أكتبتها؟!

٤- أريد أن أجرب بعض الأمور.. هل هذا خطية؟!

٥- هل هناك ما يمنع أن أكوّن صداقات مع الجنس الآخر؟

٦- ماذا أفعل الآن تجاه أعضائي الجنسية؟

٧- هل الدخول في التجارب العاطفية يفيدني أم يضرني؟!

٨- هل التفكير في اختيار شريك الحياة في هذا السن خطية؟!!

٩ - كيف أصدّ هجمات الشيطان ضدّ طهارتي؟

هذا السؤال الأخير، سنُفرد له الفصل القادم
بأكمله لكي نوفيه حقه.. أما بقية التساؤلات
فهيا بنا نناقشها معا..

لقد اتفقنا أن لدينا إمكانيات جبارة، تجعلنا واثقين بنعمة المسيح من
الانتصار مهما كانت التحديات.. فقط أنت تحتاج لبعض الإرشادات
العملية البسيطة.. أوجزها لك فيما يلي:

١ - ليكن لك نظرة سليمة للجنس.. نظرة سامية لها

وقارها.. كما شرحنا إنسانيًا ومسيحيًا.

هناك نظرتان خاطئتان تجنبهما:

(١) نظرة الاحتقار للجنس، والتذمّت والوسوسة.

(٢) نظرة الابتذال والخلاعة والدنس.

٢ - تعهّد غريزتك الجنسية تعهّدًا واعيًا... فمثلاً:

اهتمّ بالنظافة المعتادة في إطار نظافة الجسم، مع عدم الاهتمام
الزائد أو إثارة الأعضاء الجنسية بقصد أو بدون قصد، لأنها أعضاء
حساسة جدًا..

كما ينصح الآباء، أنه عندما تخلع ملابسك (أثناء الاستحمام مثلاً) كن عفيفاً في نظرك، ولا تتطلع إلى أعضائك، حتى في المرأة.. لأن هذا قد يثير الشهوة فيك.

٣- اضبط الطاقة الجنسية فيك، ولا تكبتها... فحياة العفة ليست دعوة للحدّ من طاقات الحب والحيوية بل على العكس هي دعوة لتوجيه هذه الطاقة نحو البناء، وتحرير الحب من كل أنانية.

الكبت هو كتم الطاقة وحجزها بدون أي استثمار.. مجرد امتناع عن إطلاق الطاقة، مع وجود فراغ في حياة الإنسان!..
أما الضبط فهو تحكّم متّزن في الطاقة، للاستفادة بها واستثمارها لبنيان شخصية متكاملة.. فيمكن تصعيد الطاقة والتسامي بها في أنشطة رياضية، وعلمية، وروحية، وموسيقية... أنشطة نقيّة وبناءة..

مثال لتوضيح الفرق بين الضبط والكبت:

فيضان نهر النيل في كل صيف، كان فيضانا هائلاً. ولكن أغلب هذه الطاقة المائية كانت تُهدر في البحر. فلكي نستفيد بهذه الطاقة العظيمة قررنا ضبطها (وليس كبتها)، فأقمنا السدّ العالي الذي حجز كمية كبيرة من المياه خلفه، ونظّم مرور المياه في مجرى النهر

بحسب الاحتياج.. وبالتالي بدأنا نستفيد من هذه الطاقة المائية في
رى أراضي صحراوية، وشقّ ترع جديدة، وتوليد الكهرباء.. إلخ
فالضبط جعلنا نستفيد بكل الطاقة في مجالات متعددة، ولم يضع
منها شيئاً. أما الكبت فهو أن نضع سدّاً أمام مجرى النهر، بدون أي
تفكير في كيفية الاستفادة من المياه التي خلفه، وبدون أي فتحات في
السدّ.. النتيجة الطبيعية أنه سيأتي اليوم الذي فيه ينهار السدّ من قوة
تدفّق المياه، فتضيع المياه وتغرق مصر..!

إذن الضبط: توجيه وتحكم وتوظيف للطاقة..

والكبت: حجز للطاقة مما يؤدي إلى الانفجار..!

٤ - لكي تستغل طاقتك جيداً، ادخل بقدر إمكانياتك في:
* أنشطة روحية: الشموسية- دراسات الإنجيل- المسابقات
الروحانية- اجتماعات الصلاة.

[هذه تغذي الروح وتجعلها تسود على العاطفة]

* أنشطة ثقافية: القراءة- الندوات- الدراسات الراقية..

[هذا يحدد ذهنك ويجعلك تحترم نفسك، وتحتقر الخطيئة]

* أنشطة موسيقية: ألحان- ترانيم- عزف على الآلات

الموسيقية... [هذا يشبع عاطفتك وهواياتك]

* أنشطة اجتماعية: رحلات - معسكرات - خلوات - حفلات نظيفة... [إشباع طاقات الحب مع زملائك]

* أنشطة رياضية: ممارسة الرياضة شيء هام، ومطلب ضروري في سنك.

* أنشطة الكشفية: فهذا النشاط سيفيدك جدا، لأن هدفه الأساسي: المحبة. فسيعلمك كيف تعتمد على نفسك، وكيف تتصرف في المواقف الصعبة، وكيف تُضحى، وكيف تساعد إخوتك، وكيف تكون خدوماً^(*)، وكيف تعمل داخل "فريق عمل" Team work مؤديا دورك بإتقان... وستكتسب مهارات أخرى متنوعة.

٥ - العقل الفارغ يعمل للشيطان: لذلك لا تجعل في داخلك أي فراغ.. أملأ قلبك بحب يسوع والكنيسة، وأملأ فكرك بآيات الإنجيل، وسير القديسين والقراءات الراقية.. **ليكن الكتاب صديقك**، ولا تُضيّع وقتك في التفاهات وتقول "أصل أنا عندي وقت فراغ"!!

|| اتعب نفسك في قراءة الكتب، فهي تخلصك من
|| النجاسة. || القريس أنطونيوس الكبير

(*) وهذا سيجعلك ناجحاً ومحبوفاً أيضاً في وسط أهل بيتك.



* لماذا لا تتعلم مهارات جديدة كل يوم: أركت - خياطة - إلخ

* لماذا لا تضع خطة لدراسة الكتاب المقدس كله بعهديه القديم

والجديد هذا العام، وتكتب ملخصًا لكل سفر...؟!

* لماذا لا تطلب من الخدام في الكنيسة أن يعطوك مسئولية

عمل في الخدمة، وتقوم به في جدية وإخلاص...؟!

أولاد الله لا يوجد عندهم شيء اسمه وقت فراغ، لأن عندهم مسئوليات هامة، هم مشغولون بها.. فحياتهم ممتلئة.. والحياة الممتلئة يصعب على الشيطان اختراقها!!..

٦- إحذر الانحراف بالغريزة إلى مجالات رديئة.. مثل

العادات الجنسية- الزنا- المجون والخلاعة- الكلام الجنسي- الشذوذ...

واحذر أن تجرب شيئاً من باب العلم بالشيء، فخبرة الشر مهلكة

وتجربة الشر مرة جداً بعكس ما يزينها العالم، لكي ننخدع فيها..

إذن.. لا تتفاوض مع الخطية، بل كن قوياً واهرب لحياتك.

فالإنسان الطاهر يكره حتى رائحة الخطية..

|| "مبغضين حتى الثوب المدنس من الجسد" (يهوذا ٢٣)

٧- لا تفكر في أمور سابقة لأوانها..

مثلاً: لا تفكر وأنت في سن إعدادي وثنائي في الزواج والعروسة، وهل ستجد شقة أم لا، وهل سيكون عندك سيارة... إلخ فهذه الأمور غير مطروحة في مثل سنك، بل تفهم واجبات مرحلتك.. وحاول تتميمها..

فكما قال أحد الحكماء:

[لا تركز نظرك في الماضي ولا في المستقبل... لئلا يفلت من بين يديك جمال الحاضر..!]

٨- يجب أن تكون واعياً لنقاوة المصدر الذي تأخذ منه

معلوماتك وتسليتك.. هل هو يحبك ويريد لك الخير أم لا؟ يريد أن يبينك ويفيدك، أم يريد فقط أن يستولي على ما في جيوبك..!!
التليفزيون- أفلام الفيديو- السينما- الكتب الجنسية والمجلات- بعض الأصدقاء...

اهتم يا أخي الحبيب بأن يكون ينبوع الذي ترتوي منه نقياً، غير ملوث بسموم الخطية، لئلا تدخل السموم حياتك، وتسبب لك آلاماً قاسية وقد تنهي على حياتك..

فالسموم أحياناً تختبئ داخل الفن أو العلم أو الصداقات.. لكي تتناولها بأمان، ثم تفاجأ بتأثيراتها العنيفة داخلك..

لذلك اطمئن أولاً وتأكد من سلامة الينبوع قبل أن تشرب..
ولعل هذه القصة تعطيك بعض النور في الطريق..



أراد أحد المخرجين السينمائيين أن يعمل دعاية لفيلمه الجديد،
فأرسل إلى إحدى المدارس الثانوية عدداً من التذاكر المجانية،
لتوزيعها على الطلبة هناك..

وصل الخبر إلى مدرس مسيحي واعٍ يعمل بهذه المدرسة. وإذا
كان يعلم أن هذا الفيلم هابط، رفض توزيع التذاكر على الطلبة..
فلما علم المخرج بذلك حضر إلى المدرسة وهو غاضب، ودار بينه
وبين المدرس هذا الحوار:

- لماذا لم توزع التذاكر المجانية على الأولاد؟!

- وأنا أيضاً أسألك.. هل سمحت لابنك أن يرى هذا الفيلم؟

- لا... لم أسمح.

- لماذا؟!

- لأنه كله "....." [كلمة تحمل في معناها الرقص والخلاعة]

- يا للعجب... إذ كنت تخاف على ابنك من هذه النجاسة؛ ألا

تخاف على هؤلاء الطلبة الأبرياء أبناء الناس، من اشتعال الشهوات
داخلهم، وفقدانهم لعفتهم وطهارتهم..

أجاب المخرج بابتسامة صفراء:

- يا أستاذ.. نحن إذا لم نضع هذه المناظر في التصوير.. الفيلم
سيخسر وشباك التذاكر حايقل...!

أصر المدرس على موقفه، وانصرف المخرج خائبا.

لعلك يا أخي تبدأ في الإنتباه لما يعرض عليك الآن ، ولا تقبل إلا
ما يناسبك كإين لله.. !

|| "كل الأشياء تحلّ لي، لكن ليس كل الأشياء توافق.
كل الأشياء تحلّ لي، لكن ليس كل الأشياء تبني"
|| (١ كو ١٠: ٢٣)

٩- في ممارسة سري الاعتراف والتناول، لا تذهب
للاعتراف والتناول لمجرد التوقف عن خطية معينة. ولكن ليكن
هدفك أن تعيش مع المسيح، وتتلامس معه، وتذوق حلاوة محبته
وعشرته، وتختبر قدرته في حياتك؛ فتتغير شخصيتك ككل.
والغريزة الجنسية كجزء من شخصيتك، سيتحسن وضعها بالتالي
أيضا.

١٠ - عندما تكون الظروف الخارجية معاكسة، والمناخ

العام فاسد (خلاعة في الملابس - قباحة في الكلام والأحاديث - إثارة للشهوات بطرق مختلفة...) يلزم أن يكون الإنسان أكثر مناعة من الداخل، عن طريق القراءات المقدسة والصلوات القوية.. والصوم والميطنيات أيضا...

☆ مثال:

مدرسة بها جو من الإباحية، والمجموعات المنحلة أخلاقيا، ويكثر فيها الكلام الجنسي، والتلميحات والقباحات... يحتاج الطالب في مثل هذه الظروف، أكثر من غيره، أن يصلي جيدا صباحا بالمزامير، بكل قوة، مع الميطنيات، ليكون ممثلا من النعمة، وأكثر حصانة أمام هذه التيارات.

١١ - نحتاج إلى الجدّية في الحياة..

متى نقول: لا.. ومتى نوافق...!

مشكلتنا دائما أننا نريد كل شيء بسهولة.. النجاح.. التخرج... وأيضا نريد أن نأخذ أكاليل حياة الطهارة بسهولة... ترى هل هذا منطقي!!؟

فكما أننا لابد أن نجتهد ونتعب ونسهر ونكون أمناء لكي ننجح..
لابد أيضا أن نجاهد بقوة وضراوة لكي ننال أكاليل الطهارة المنيرة
على رؤوسنا..
لابد أن نعمل ما علينا، لكي نعمل نعمة الله فينا، وتقدسنا،
وتكلمنا..!

١٢ - **لا تحيا في عقدة الذنب..** وكان الله يرصد لك كل هفواتك
وخطاياك، وسينتقم منك أشد الانتقام، ويجعلك ترسب في الامتحانات
إذا نظرت نظرة شريرة، أو وقعت في خطية العادة السرية..
الله ليس بهذه الصورة؛ كما يتصور البعض أنه سيد قاسي يمسك
لنا بميزان، ويعد علينا أخطاءنا..
الله قلبه كل حنان وحُب.. هو يحبك وينظر إلى جهادك، ويريدك
أن تكون شخصية نامية وناجحة في كل شيء..
الله يدعونا دائما للخلاص والحرية، والتمتع بعشرته الحلوة..
ولا يريد إلا إسعادنا..! وهو حينما يدعونا لحياة العفة، فهذا من
أجل نفعنا وبنيان حياتنا.

١٣ - بخصوص الصداقات مع الجنس الآخر.. (Boy Friend - Girl Friend) هذا سيضر العفة ضرراً بالغاً.. لأن مستوى النضج في سن إعدادي وثنائي لا يكون قد اكتمل بعد. لذلك يستغل الشيطان الفرصة ليلوث الفكر والقلب.. كما أن هذه الصداقات تضر بسمعة الإنسان جداً وخاصة الفتيات، فالشباب الشرقي يرفض مبدئياً الزواج من فتاة لها خبرات عاطفية سابقة. وقد أفردنا فصلاً خاصاً لنناقش فيه موضوع "الجنس الآخر" بتفصيل أكبر.. ستقرأه بعد قليل..

١٤ - الطهارة قوة في حياة الفتى والفتاة، وتعطي لهما سحرًا وجاذبية وجمالاً وبريقًا خاصًا. بعكس النجاسة التي تطفئ بريق الإنسان..!

فإذا كانت الخلاعة تسحر الكثيرين؛ فالطهارة لها سحر وبريق وجاذبية أعظم من الخلاعة مئات المرات..

مثلاً: كلنا نعرف قصة مارجرجس الذي أرادوا تحطيم إيمانه بإسقاطه في النجاسة، فلما دخلت إليه المرأة الخليعة وأرادت إغراءه ليفعل معها الخطية، لم ينظر إليها، بل انتصب بقوة للصلاة معطيًا إياها ظهره، رافعا عقله وقلبه للسماء.. وظل يصلي بحرارة ودموع

حتى ذبلت المرأة وانزوت في أحد أركان الزنزانة.. إلى أن انتهى من صلاته.. فأنت راکعة أمام وجهه الذي أنارته النعمة، وهي تقول عبارتها الشهيرة:

**لقد أحضروني لیسقطوك بسحر
خلعتي، فجدبتني أنت بسحر طهارتك..**
فكلمها عن السيد المسيح وآمنت واستشهدت في اليوم التالي..

ينبغي أيضًا أن نؤمن أن الطهارة هي نور عيوننا، بدونها لن نرى الله... وهي الثوب الأبيض النقي الذي سنزف به العريس السماوي، ويجب علينا أن نحفظ هذا الثوب نقيًا بهيا بلا أي اتساخ.. حتى نستحق أن نكون "عذراء عفيفة للمسيح"

|| "خطبتكم لرجل واحد، لأقدم عذراء عفيفة للمسيح"
(٢كو ١١: ٢)

صلاة



ياربّي يسوع..

نحن ضعفاء،

وأنت تعرف المجتمع الذي حولنا..

والإثارات العنيفة التي تتحدثنا..

ونحن قطيع صغير..

نحن حملان في وسط ذئاب،

وأنت وحدك الراعي الأمين،

الذي تحمي أولادك،

إمسك يدي وقدي،

لكي أستطيع أن أعبر هذه الفترة بأمان..

قويني وباركني..

يا أعظم إله في الوجود..

أشكرك... أشكرك..

† † †

الفصل السادس

كيف أعيش طاهراً؟

كيف أصدّ هجمات الشيطان ضدّ طهارتي؟!

في البداية يجب أن ندرك يا إخوتي أن مهاجماتنا بالأفكار الشهوانية في سن المراهقة هو أمر طبيعي.. لا بد أن يحدث... ولكن كما يقول القريس مار إسحق:

إننا لا نستطيع أن نمنع الطيور من التحليق فوق رؤوسنا، ولكننا نستطيع أن نمنعها أن تصنع أعشاشاً في رؤوسنا...!

فنحن لا نستطيع أن نوقف هجمات الشيطان علينا، أو نمنعه من تصويب سهامه تجاهنا.. ولكننا بنعمة المسيح نستطيع صدّ الهجمات، ومنعه من اختراق أفكارنا وقلوبنا. ونستطيع أيضاً توجيه ضربات قوية له بأسلحتنا الروحية الجبارة...!

☆ **تعالوا بنا نرى كيف نحارب حروب الطهارة ونتتصر، من خلال خطة دفاعية مُحكمة (سلبية)، وخطة هجومية ساحقة (إيجابية)...**

أولاً: الخطة الدفاعية (السلبية):

وتشمل: حفظ الحواس - طرد الأفكار الشريرة من بدايتها - البعد عن أصدقاء السوء.

١- **حفظ الحواس...** فهي مداخل الفكر، وهي التي يصبوب إليها الشيطان سهامه، لتدخل منها... فإذا حفظنا حواسنا جيداً، نكوز، قد حافظنا بالتالي على نقاوة قلبنا...

يقول القريس مار إسحق السرياني:

إذا وضعنا كل جهاد الإنسان، من صوم وصلاة ونُسك وميطانيات... في كفة، ووضعنا حفظ القلب والحواس في كفة.. فالكفة الثانية ترجح..!

وهذا معناه أن حفظ حواسنا شيء مهم جداً، ويوفر علينا الكثير من المجهود.

⑤ العين:

- هي أهم الحواس وأخطرها.. لذلك يجب أن نعطيها اهتماما
الغا..

- مهمتنا أن نحفظ العين نقية؛ فلا نتطلع في الجنس الآخر بغير
نماء، أو ننظر إلى الصور الخليعة في المجلات أو السينما أو
لتلفزيون... إلخ.

"عهداً قطعت لعيني، فكيف اتطلع في عذراء"

(أيوب ٣١: ١)

عيني تنظران إلى الرب في كل حين، لأنه يجتذب

من الفخ رجلي. (مز ٢٤ - صلاة باكر)

- يجب أن تكون أعيننا شبعانة.. بمنظر الصليب، وبصورة السيدة
لعذراء البتول الطاهرة، شبعانة بالصلاة وبالمناظر الروحانية..

"رفعت عيني إلى الجبال من حيث يأتي عوني"

(مز ١٢١)

"إليك رفعت عيني يا ساكن السماء..."

(مز ١٢٣)

❁ الأذن :

- هي حاسة هامة لها تأثيرها القوي أيضاً، وأهم ما فيها أنها تظل مفتوحة على الدوام...!
- مهمتنا إشباعها بالكلمات المقدسة، والموسيقى الكنسية، والنغمات الهادئة، والتسبيح والترنيم، وطرد كل نشاذ يحاول الدخول...!
- أما النكات القبيحة والأغاني المبتذلة، فليس لها مكان في آذان أولاد وبنات المسيح الأطهار.

❁ اللمس :

- الاحتراس واجب، وخاصة في الأماكن الشديدة الازدحام.

وهكذا نرى أن تقديس الحواس مهم لتقديس القلب.
والإنسان الذي لا يحفظ حواسه، يشبه المدينة التي بلا أبواب،
تكون معرضة للنهب والتخريب.

٢- طرد الأفكار الشريرة منذ بدايتها..

- بقوة الرب يسوع القدوس الذي في داخلي، الذي أتناوله ويسكن فيّ.

- وبقوة اسمه على لساني..

كل من يقول يا ربّي يسوع
كمن بيده سيف يصرع العدو

[إبصالية الإثنيين]

الشیطان في البداية يعرض علينا الخطية في صورة فكر بسيط، إذا قبلناه وأدخلناه إلى رأسنا وتفاوضنا معه، يدخل بأفكار أخرى كثيرة تلوث العقل والقلب، وتدفع الإنسان إلى الخطية بالفعل..

طرد الفكر في بدايته يكون سهلاً، مثلما تستطيع أن تنزع بذرة شوك صغيرة سقطت في أرضك..!

لكن إذا تركت الفكر يتغلغل ويمد جذوره، يكون انتزاعه أكثر صعوبة، مثلما تجد صعوبة في اقتلاع شجرة قوية مدت جذورها في الأرض..

من هنا نفهم أن طرد الأفكار يجب أن يكون بسرعة أول
بأول، ولا تتركها تسكن في العقل وتتكاثر...!

حبيبتي.. هل تعلم أنك ملك.. ولك سلطان جبار أعطاه لك الله،
لتطرد بعيداً عنك كل أفكار الشر..

ها أنا أعطيك سلطاناً لتدوسوا الحيات والعقارب
وكل قوة العدو، ولا يضرّكم شيء" (لوقا ١٠: ١٩)
وجعلنا ملوكاً... (رؤيا ١: ٦)

٣- البعد عن أصدقاء السوء..

"المعاشرات الرديئة تُفسد الأخلاق الجيدة"
(١ كو ١٥: ٣٣)
"طوبى للرجل الذي لم يسلك في مشورة المنافقين وفي
طريق الخطاة لم يقف، وفي مجلس المستهزئين لم يجلس"
(مز ١)
"المسايير الحكماء يصير حكيمًا، ورفيق الجُهال يُضرّ"
(أم ١٣: ٢)



"اهرب من الخطية هربك من الحياة، فإنها إن دنوت
منها لدغتك.. أنيابها أنياب أسد تقتل نفوس الناس"

(يشوع بن سيراخ ٢: ٢١)

"أما الشهوات الشبابية فاهرب منها، واتبع البر
والإيمان...."

(٢ تيمو ٢: ٢٢)

"اهرب لحياتك.."

(تك ١٩: ١٧) وهذا مبدأ هام جدًا جدًا..

بعد أن قرأت يا أخي الحبيب هذه الآيات المضيئة، أود أن ألفت
نظرك إلى مبدأ هام وهو: "الطريق قبل الرفيق" [بعكس المثل
الشائع "الرفيق قبل الطريق"] بمعنى:

أنك تختار طريق المسيح في البداية، وعندما تسير فيه ستجد
أيضًا أشخاصًا يسرون معك فيه.. فعندئذ يمكن أن تختار منهم
أصدقاءك ورفقاءك!..

المهم أن تسلك في طريق الحياة، حتى لو سلكت فيه وحدك..

اتَّخِذْ أَصْدِقَاءَكَ مِنْ دَاخِلِ الْكَنِيسَةِ، مِنَ الَّذِينَ يَسِيرُونَ فِي طَرِيقِ الْمَسِيحِ

ثَانِيًا: الخطة الهجومية (الإيجابية):

وتشمل: إشباع القلب وتحصينه - محبة الطهارة من
كل القلب - الجهاد ضد السقوط حتى الدم.

١- إشباع القلب وتحصينه:

* بالصلاة:

- هي قوة جبارة، لاتهملها يا أخي..
- الصلاة تشبع القلب وتمنحه سلامًا..
- صلوات الأجيال صلوات جبارة، والمزامير سلاح فعال جدًا،
أحرص على الانتظام فيها يوميًا.

|| أحفظ المزامير تحفظك المزامير! ||

﴿ دراسة البابا شنودة الثالث ﴾

- الصلوات السهمية القصيرة.. صلاة يسوع:

ياربّي يسوع المسيح أعنّي.

ياربّي يسوع المسيح ارحمني.

ياربّي يسوع المسيح قدّس قلبي وفكري.

ياربّي يسوع المسيح اسندني فأخلص.

ياربّي يسوع المسيح احفظ نفسي ونجني..

هذه الصلوات إذا رددناها باستمرار؛ تدفئ القلب، وتشبعه وتحصنه، وتطرد أي فكر دنس يحاول إقتحامه.

- اعط أيضًا لنفسك فرصة للصلاة الارتجالية؛ التي تقولها أنت من نفسك.. اطرح فيها كل همومك وطلباتك ومشاعرك أمام الله وثق أنه يسمع، ويستجيب في الوقت المناسب.

* كلمات الإنجيل:

- فهي سلاح قوي. يحفظنا ويقدّس أفكارنا، وينير طريقنا..

"بماذا يقوم الشاب طريقه..؟" بحفظه أقوالك

(مز ١١٩: ٩)



- ستجد في ملاحق هذا الكتاب آيات حسوة كثيرة تشجعك وتقويك في حياة الطهارة.

- احرص على قراءة الكلمة الإلهية بانتظام يوميًا، واعط القراءة وقتًا كافيًا.

|| "تسكن فيكم كلمة المسيح بغنى.." (كو ٣: ١٦)

* بالاعتراف:

- التوبة وتنقية القلب أول بأول يساعدان جدًا على حياة الطهارة..
- من الصعب على إنسان لايعترف بانتظام أن يحيا حياة الطهارة..
- فسرّ الاعتراف هو من أهم الأسرار التي تقوينا في حياة الطهارة..

"إن اعترفنا بخطايانا، فهو أمين وعادل حتى يغفر لنا
خطايانا، ويطهرنا من كل إثم" (١ يو ١: ٩)
"من يكتم خطاياه لا ينجح، ومن يقر بها ويتركها يرحم"
(أم ٢٨: ١٣)

- دخول الخطية وبقاؤها داخل القلب لفترة دون إخراجها بالتوبة والاعتراف، يفقد الإنسان حساسيته الأولى تجاه الخطية، وبالتالي

تدخل إلى قلبه وحياته أشياء سيئة كثيرة بسهولة، وهي أشياء لم يكن يقبلها أبدًا قبل ذلك..

ومن هنا تأتي أهمية التوبة السريعة والإعتراف، وتنقية القلب أول بأول حتى تظل حساسيتنا مرهفة تجاه الخطية، فنكره حتى رائحة الخطية، ونرفض أي شبه شر..!

- الأفكار النجسة والصور الشيطانية القبيحة.. هي مثل فيلم الكاميرا الذي إذا تعرض للنور احترق، وإذا أخفيناها يظل قائمًا، بل ويمكن طبع آلاف الصور منه.. لذلك فالإعتراف يحرق هذه الصور والأفكار، ويبيدها تمامًا.

* بِالنَّامُوسِ:

- فالتقديس بدم الحمل القدوس، يمنحنا قوة جبارة، ويملأ قلوبنا بالبهجة والحياة..

- سَكُنِي الْمَسِيحُ فِي قَلْبِي يُعْطِينِي الْقُدْرَةَ عَلَى طَرْدِ كُلِّ مَا هُوَ نَجَسٌ، بِقُوَّةِ ذَلِكَ الْقُدُّوسِ السَّاكِنِ فِيَّ..

أصبحت أنت لا تحارب، لكن المسيح الساكن فيك هو يحارب
عنك..!

"الرب يقاتل عنكم وأنتم تصمتون" (خر ١٤: ١٤)
 "للرب حرب مع عماليق (الشيطان) من دور إلى دور"
 (خر ١٧: ١٦)
 "الحرب للرب.."
 (١ صم ١٧: ٤٧)

٢. محبة الطهارة من كل القلب:

- فهي نور عينيها وثوب زفافنا لعريسنا السماوي، ربنا يسوع..
 ثِق يا أخي أنك إذا انتهيت حياة الطهارة سيعطيها لك الله.

"النفس العفيفة؛ لاقِمة توازيها"
 (يشوع بن سيراخ ٢٦: ٢٠)

- هناك الكثير من القديسين والقديسات الذين أحبوا الطهارة والحشمة
 من كل قلوبهم وقدموا لنا أنفسهم أمثلة حلوة..
 سأذكر لكم ثلاث قصص لتشجعنا على محبة الطهارة نحن أيضًا..

القصة الأولى

حدث أثناء اجتياح جيوش العرب لبيت المقدس أن هجم الجنود الغزاة على أحد أديرة العذارى بالمنطقة، وأمسكوا بعذراء راهبة جميلة، وقدموها هدية لقائد فرقته.. ولما أراد أن يصنع معها الخطية، قالت له: "تمهل علي قليلاً لأن عندي سر لا أستطيع إفادتك به إلا وأنا عذراء" فقال لها: "وما هو..؟" فأجابت: "هو زيت إذا دهن به الإنسان نفسه لا يؤثر فيه السيف، ولا أي نوع من الأسلحة. وأنت محتاج إلى ذلك لأنك في كل وقت تخرج للحرب" فقال لها: "وكيف أتحقق من ذلك..؟" فأخذت الزيت وقالت له "ادهن رقبتك، واعطني السيف لأضربك به" فقال لها: "لا..، بل ادهني أنت رقبتك أولاً، وأنا أضرب بالسيف".. فأسرعت ببشاشة ودهنت رقبتها وقالت: "إضرب بكل قوتك"، فاستل سيفه وضرب رقبتها، فتدحرجت رأسها على الأرض..

وهكذا اختارت عروس المسيح أن تموت بالسيف، حتى لا تدنس بتوليبتها... فحزن القائد جداً، وبكى بكاءً عظيماً إذ قتل مثل هذه الصورة الحسنة، وعرف أنها فعلت هذا لتفلي من فعل الدنس والخطية.

القصة الثانية

كانت هناك عذراء عفيفة هادئة تسكن منزلها، فحرك الشيطان قلب شاب بالشهوة من ناحيتها، فكان يتردد على بيتها كثيراً، ويظل يحوم حول البيت... وكانت هي حزينة لذلك.

وفي أحد الأيام جاء إليها وطرق الباب.. وكانت هي جالسة تتسج، فلما علمت أنه هو الذي على الباب خرجت وببيدها مخرازها وفتحت له قائلة: "ما الذي يأتي بك إلى هنا..؟" فقال لها: "هواك يا سيدتي". فقالت: "وما الذي تهواه في؟". فقال لها: "عيناك.. عيناك فتتاني..". فبسرعة أدخلت مخرازها في إحدى عينيها، وقلعتها بصرامة، ورمتها له. وعندما همّت بقلع الأخرى؛ صرخ الشاب ومنعها من ذلك.. فدخلت بيتها وأغلقت بابها..

أصيب الشاب بصدمة مذهلة، وندم على أفعاله.. وبدأ قلبه يتحرك بالتوبة، ثم خرج إلى البرية وصار راهباً..!

القصة الثالثة

حدثت هذه القصة مع القديس البابا متاؤس الأول (المسكين)

البطيريك الـ ٨٧، عندما كان في شبابه يرعى الغنم.. وجد فتاة تحديق فيه وتسير وراءه أينما تحرك، وكلما كان يهرب من المكان كانت تتبعه.. أخيراً وقف لها وسألها لماذا تفعل هكذا..؟ وما الذي يعجبها فيه حتى تنتظر إليه..؟ فقالت له: "إنها حواجبك الجميلة أيها الشاب".. فما كان منه إلا أن تناول من الأرض قطعة حجر وكشط بها حواجبه في جراحة مذهلة، فنزفت دماء كثيرة.. ورمأها لها قائلاً: "خذي شعر الحواجب الذي تريدينه".. فلما نظرت الفتاة فرعت من جراته، وشدة تعلقه بالطهارة، وتركته وشأنه وهربت.

٣. الجهاد ضد السقوط حتى الدم:

إذا كانت الطهارة تساوي حياتنا الأبدية، فكما يقول لنا القديس مار اسحق:

خير لنا أن نموت في الجهاد، من أن نحيا في
السقوط..!

وتشجعنا الكلمات الإلهية لنستمر في جهادنا:

"لم تقاوموا بعد حتى الدم مجاهدين ضد الخطية"
(عب ١٢: ٤)

|| "قاوموا إبليس فيهرب منكم" (يع ٤: ٧)

|| "لا تعطوا إبليس مكاناً" (أف ٤: ٢٧)

ولعل هذه القصة العجيبة تكشف لنا كيف يكون الجهاد حتى الدم...



في عصور الاضطهاد الروماني، كان الولاة يتعجبون من قوة وصلابة إيمان المسيحيين، وكانوا مندهشين من سر هذه القوة؛ حتى بدأوا يدركون أن هناك ارتباط بين قوة الإيمان وحياة الطهارة... ومن هنا بدأوا يحاولون إغراء الشهداء بالخطية ليضعف إيمانهم، مثلما أغروا مارجرس... وغيره كثيرين.

ومن بين هؤلاء شاب قوي رفض أن ينكر الإيمان، فربطوه في سرير بالحبال، ودفَعوا إلى الحجرة امرأة خليعة لتغريه وتسقطه في الخطية.. ولما لم يستطع الهرب، وجد أن العضو الوحيد الذي يستطيع أن يدافع به عن نفسه هو لسانه.. فقمضه بأسنانه، وبصقه مصحوباً بنهر من الدماء في وجه هذه المرأة الشريرة. فارتعبت وفرت هاربة من الغرفة.

هكذا ضحى هذا الشاب الطاهر بلسانه وبدمائه حتى يحتفظ بعفته
وطهارته...!

+ + +

صلاة



يا يسوعى المحبوب..

يا عريس نفسى..

دعنى أكرّس نفسى لك،

فأتذوق رحيق حبك، وعشرتك الحلوة..

ضمنى للمذارى الحكيمات،

واكشف لى أسرارك الإلهية..

كنى أحياء فى شركة أمجادك إلى الأبد.

آمين:

الفصل السابع

الفيض الليلي

هو ظاهرة طبيعية تحدث للبنين عندما يدخلون في سن البلوغ.. إذ يفيض منهم أحياناً السائل المنوي أثناء النوم.

ومن المهم أن نوضح أن هذه الظاهرة ليست شراً ولا نجاسة في حد ذاتها، بل هي إفراز طبيعي زائد [مثل العرق والبول..] يتخلص منه الجسم أثناء النوم..

ويعلمنا آباؤنا القديسين المستتيرين بالروح ألا ننزعج أبداً من هذه الإفرازات فهي ليست خطية..

فنجد مثلاً معلمنا القديس أثناسيوس يتساءل:

ما هي الخطية والنجاسة التي توجد في أي إفراز طبيعي؟!.. فإن كنا نؤمن كما تقول الكتب الإلهية أن الإنسان هو من عمل يدي الله، فكيف يمكن أن ينتج عمل دنس من قوة نقية؟!.. ولكننا حينما نرتكب الخطية، وهي أكثر الأشياء قذارة، فعندئذ فقط نتدنس.

والدسقولية (تعاليم الرسل) تعلمنا أن جميع أنواع الفيض لا تعتبر خطية أبداً سواءً دم الحيض (الدورة الشهرية) عند النساء، أو فيض الحلم عند الرجال.

أما إذا كان الفيض مصحوباً بحلم شرير، فهذه حرب من الشيطان ضدك يا صديقي.. أرجو ألا تشعر بالذنب أبداً، يكفي أنك من داخلك ترفض هذه الحرب القذرة وتطلب الطهارة من كل قلبك.. والله

سيسحق الشيطان تحت أقدامك سريعاً.. فقط عليك بالمزامير القوية قبل النوم، وتقديس الفراش بالصلاة ورشم علامة الصليب، واسم يسوع على شفاهنا حتى نستغرق في النوم.

* إرشادات:

(١) إذا حدث الفيض نتيجة حلم شرير، يجب أن تدرك أنك لازلت جميلاً جداً، ومحبوباً جداً في عيني حبيبك يسوع... مجرد القيام والاعتسال.. ثم وقفة الصلاة ورفع القلب للسماء مع ميطائيات هادئة بتوبة حقيقية، ينهي الموضوع، ويطرحة الله في بحر مغفرته.. وسيأتي الاعتراف والتناول ونستمر في طريق الجهاد الذي هو طريق الأكاليل.. والعبرة بعدم اليأس، واليقين التام أن يسوع يحبني.. وهو يعرف أيضاً أنني أحبه جداً..

|| "ياسيد أنت تعلم كل شيء.. أنت تعلم أنني أحبك" (يو ٢١)

(٢) نصرة الشيطان في الواقع ليست في مجرد إسقاطي.. "لأنني إن سقطت أقوم" (مicha ٧) ولكن نصرته الحقيقية حين ينجح في إدخال اليأس والشعور بالذنب أكثر من اللازم إلى قلبي.. فأكون فريسة سهلة.. وأستسلم له كسمكة ميتة يحركها التيار كما يشاء..

لابد أن أفهم جيداً أن علامة الحياة في السمكة أنها تقاوم التيار... أما لو ماتت فستحملها التيارات إلى الصخور، وتكون فريسة لحيوانات البحر.. لأنها ميتة ولا مقاومة ولا حياة فيها... [وهذا الكلام يهم أيضاً انفتيات اللاتي ينزلن أحيانا وراء تيارات العاطفة، والكلمات الخادعة إلى بحر المجهول.. في مغامرات على الأقل تسيء إلى سمعتهن...!]

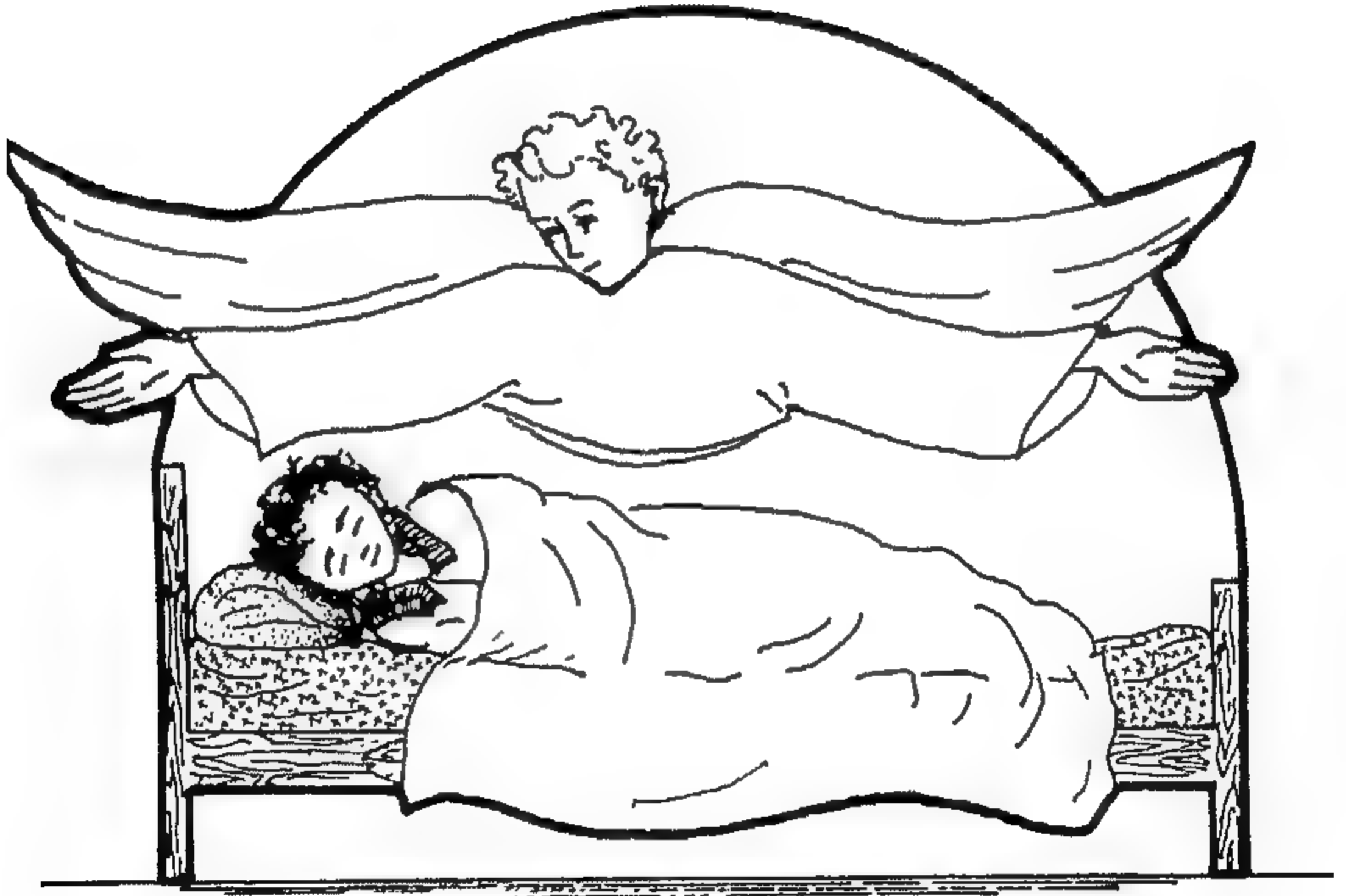
٣) يمكن مراعاة الآتي:

١. كثرة الطعام، مع الكسل والتراخي، وكثرة النوم، عوامل يحدث في ظلها الفيض، وبضبطها يقل كثيراً.
٢. العين المنضبطة والفكر المقدس أثناء النهار، يحفظان للإنسان ليله هادئاً طاهراً...!
٣. من المفضل عدم شرب المياه كثيراً قبل النوم لتجنب امتلاء المثانة البولية.
٤. لا تذهب إلى الفراش إلا وأنت متعب وستنام فعلاً، وعند استيقاظك قم من السرير مباشرة ولا تعطي فرصة للكسل.
٥. تجنب الأطعمة الدسمة والحريفة والتوابل قبل النوم، فهي تهيج الأعصاب، وتزيد من فرصة حدوث الفيض.

٦. إحرص على الصلاة قبل النوم، حتى تحيط بك الملائكة،

ويتقدس فراشك.

٧. صارح أب اعترافك بظروف الفيض، وخذ منه إرشادًا.



الفصل الثامن

الاحتشام

هذا الموضوع يخصّ الفتيات بالأكثر.. وإن كان يمسّ الفتيان أيضاً.

لو رجعنا بذاكرتنا إلى حادثة سقوط آدم وحواء في الخطيئة... نجد أن من نتائج الخطيئة أنها أحسّا لأول مرة بأنها عريانان... وخجلا من ذلك جدّا، حتى أنها حاولا أن يستترا بأوراق التين التي في الواقع لم تسترهما بشكل سليم... ولكن الله من محبته صنع لهما أقمصّة من جلد ليسترهما تماماً ويحفظ لهما كرامتهما.. ومن هنا نفهم أن العُري فضيحة وخزي وعار، والملابس تحفظ للإنسان كرامته، وتضفي عليه جمالاً ووقاراً..

وعلى الصليب علّق المسيح عارياً ليحمل عنا عارنا وفضيحتنا، ويعطينا أن نكتسي ببرّه وثوب طهارته... فنعيش في نقاوة وكرامة.

هوأخذالذي لنا وأعطاناالذي له

نسبّحهونمجّده ونزبّدهعلوّاً

[ثيؤطوكية الجمعة]

وصار أولاد وبنات المسيح يحبون الاحتشام في كل شيء... في نظراتهم وفي ملابسهم وفي حركاتهم... لأنهم فهموا أن المسيح بصلبه أخذ عنهم عارهم ليعطيهم من كرامته التي لا يتنازلون عنها أبدًا.

أصبحت الخلاعة مكرومة عندهم جدًا.. لقد أدركوا أن من يعرّي نفسه، يهين نفسه، ويهين ويعرّي المسيح أيضًا مرة أخرى..!

فتاتِي العزيزة... قيمتك ليست في إبراز جمالك الجسدي، وللأسف نحن نرى الآن الكثيرات يتفنن في ذلك؛ بالملابس القصيرة الضيقة والمساحيق والأصباغ و.... إلخ.

+ لا تجعل نفسك رخيصة في أعين الآخرين.

+ قيمتك العظمى في عفتك وهدوء سرّك..

+ قيمتك الحقيقية في داخل شخصيتك، وليست في شكلك

الخارجي... في تفكيرك واحترامك لنفسك وقدرتك على إنجاز أعمالك بنجاح.

الحشمة تعطي الإنسان كرامة

مثال:

لعلك تلاحظين أن المذبح دائماً يكون مكسياً بالستور، ولن تجديه في يوم عرياناً... هل تعلمين أنك أنت أيضاً مذبح طاهر لله.. وكلما سترت أعضائك(*)؛ كلما زادت كرامتك..!

وأنت يا أختي العزيزة.. لعلك بدأت تفهم أن فتح القميص من الأمام، والسلاسل الكثيرة المعلقة في الصدر، والبنطلون الضيق، وقص الشعر بطريقة معينة... هذه وغيرها.. كلها أعمال غير وقورة، تقلل من رجولتك ولا تزيدها..!



(*) ليس المقصود طبعاً أن تلبس الفتاة حجاباً أو نقاباً.



أخيراً.. لنضع أمامنا هذه الأمثلة الحية التي حدثت في عصور
الاستشهاد وما يزال تأثيرها فعالاً إلى يومنا هذا..

القديسة يوقامينا

هذه الشهيدة العذراء العفيفة التي قدّمت نفسها للاستشهاد بجرأة
وحبّ للذي فداها وأحبّها... وبعد سلسلة من العذابات، جاء حكم
الموت بصبّ الزيت المغلي على جسدها ليحرقها.. أما هي فكان كل
ما يشغلها ألا تتعرّى أمام أحد. فطلبت ألا تخلع ثيابها بل يضعون
الزيت المغلي في برميل، وهي تنزل فيه رويداً رويداً بنفسها دون أن
تكشف ملابسها.. وكانت هذه الطريقة أصعب وأكثر المآلها، ولكنها
فضلت هذا الأسلوب القاسي عليها حتى تحتفظ بعفتها وحشمتها ولا
تُعثر أحداً... غرق جسدها في الزيت المغلي، أما روحها فانطلقت
إلى السماء مكلةً بأكاليل البتولية والعفة.

القديسة يريمتوا

كانت فتاة عفيفة متزوجة، وقدّمت للاستشهاد في قرطاجنة، وكانوا
أثناء مرحلة تعذيبها يضغطون عليها بإيذاء طفلها الصغير أمامها،

حبّها الهائل ليسوع إلهها كان أعظم من أيّ حُب عاطفي جسدي،
فظلّت صامدة أمام كل الضغوط... وأخيرًا حُكِمَ عليها بالموت
بواسطة الوحوش المفترسة أمام حشد كبير من أهل المدينة...

وفي ساحة الاستشهاد ركعت تصليّ في منظر مؤثّر، وعندئذ تقدّم
إليها ثور هائج، وضربها بقرنيه فطرحها على الأرض وأصابها
إصابات بالغة.. أما هي فلم تهتمّ بجراحاتها، بل أخذت تلملم أطراف
ثوبها الممزّق لتستر جسدها.. حتى هاجمها الثور مرّة ثانية وثالثة
وأجهز عليها...

وكان منظرها وهي تهتمّ بمحاولة تغطية جسدها بثوبها الممزّق،
وهي طريحة تصارع الموت؛ مثار حديث كل من شاهد هذه الحادثة
المروّعة.. فكانت هذه الشهيدة الطاهرة أبلغ عظة عن العفة
المسيحية أمام أهل المدينة، وأمام كل البشرية على مرّ العصور.



صلاة



ربّي وحببيّ يسوع..

أخذت عاري وأعطيتني كرامتك،

وسترتني بنعمتك..

أشكر محبتك وحنوك عليّ،

دعني أقبل قدميك اللتين أعتقتاني من طريق الضلالة،

وأقدم لك طيباً فائقاً.

وأقتني لي عمراً نقيّاً بالتوبة..

طهّرني وقدّس حياتي..

آمين.

الفصل التاسع

العادة الرديئة

وهي ما يسميها البعض بـ "العادة السرية" ..

هي زنا فردي ...

بالنسبة للبنين ⇨ إثارة الأعضاء ليفيض منها السائل المنوي

إراديًا، في غير أوقات النوم.

بالنسبة للبنات ⇨ إثارة الأعضاء للوصول إلى لذة جنسية معينة.

**** والإثارة قد تأتي:**

من الخارج ⇨ عن طريق الحواس؛ وبالأكثر حاسة النظر

والسمع واللمس.

أو من الداخل ⇨ استجابة لفكر دنس، أو شهوة قلبية نجسة..

الفكر ⇨ المشاعر ⇨ الأعصاب ⇨ الأعضاء الجسدية

⇨ التنفيذ الفعلي.

☆ خطورتها على الحياة الروحية:

١. تزيد في الشعور بالعزلة، والأنانية (إذ أني آخذ لذتي من نفسي، وليس من خلال بذل نفسي للآخر).. والأنانية تعطل النمو النفسي..

٢. تولد في الخوف، والشعور بالذنب، والاكتئاب.

٣. هي تدنيس لهيكل الله في الداخل، وهو ليس ملكاً لي.. فهذه الجريمة هي إفساد لقدس أقدس الإنسان!!

٤. يد الإنسان يد خلاقة للخير، خلقها الله لتباعد الإنسان، وتكون سبب بركة له، لاسبب لعنة.. واستخدامها لعمل الخطية معناه أن الشيطان سيطر على هذه اليد المباركة ليدير بها حياتي.. فكيف أقبل هذا!!

٥. الإفراط فيها مضر بالصحة الجسدية جداً، إذ تستهلك طاقة الإنسان بدرجة بشعة.. يكفي أن نعرف أن المجهود والطاقة اللذان يستخدمهما الجسم في تكوين اسم^١ من السائل المنوي يعادل ما يبذله الجسم لتصنيع ١٥ سم^٢ من الدم، لذلك فإهدار اسم^٢ من السائل المنوي خارج الجسم يساوي نزيف ١٥ سم^٢ من الدم!!

٦. هي خطية ضد الجسد، وضد كرامته، التي وهبها له الله



(١كو٦: ١٨) .. فمن يمارسها يهين نفسه بها.

٧. هي كسر سافر للوصية "لا تزن" أي لاتستعمل غريزتك في

غير وضعها السليم..! ولا توجهها في غير اتجاهها الطبيعي..!

٨. أعضائي هي أعضاء المسيح.. فكيف أخدم بها الخطية!!؟

|| "أأخذ أعضاء المسيح وأجعلها أعضاء زانية..؟ ..
|| حاشا" (١كو٦: ١٥).

☆ أسباب السقوط:

١. الفراغ العاطفي، وعدم الشبع بالمسيح.

٢. الغرور والكبرياء.. فتتخلى عنا النعمة الإلهية، فنسقط.

٣. الترف والتمتع بملذات الحياة.. لذلك فمطلوب التمسك بضبط النفس في كل شيء.

٤. الاستسلام لأفكار إبليس الذي ينحرف بغريزتي لنجاسة العالم.

☆ خطورة الشهوة بوجه عام:

١. تربط الإنسان بالأرض والتراب، فتتحرف به عن الله مصدر

حياته.

٢. الشهوة لا تشبع ولا تُشبع.. فهي لا تشبع ولا تقف عند حدود،

بل تظل تبحث عن المزيد.. "العين لا تشبع من النظر، والأذن لا تمتلئ من السمع.. (جا:١:٨).. وأيضاً هي لا تشبع القلب ولا ترويه، لأنها (الشهوة) تتعامل مع الحواس الخارجية فقط، ويظل القلب فارغاً ينتظر الكائن الوحيد الذي يستطيع أن يملأه وهو روح الله.

٣. الشهوة تعمي الإنسان.. فيتصرف تارة كالمجانين، وتارة أخرى كالحيوانات..!

٤. الشهوة تنحدر بالإنسان، ليصير منقاداً بأدنى ما فيه، وهي الغريزة، بدون مشاركة للعاطفة أو العقل أو الروح.

* الوقاية والعلاج:

١. كراهية هذا العمل جداً، لأنه سيحرمني من الملكوت..

"القداسة بدونها لن يرى أحد الرب" (عب:١٢:١٤)

٢. الثقة أنني يمكن أن أتحكم في نفسي كإنسان، بواسطة المراكز

العليا بالمخ(*) **The higher centres in the Cerebral**

(*) بالطبع يصير من غير المعقول أن أسمح للمثيرات (مناظر - أفلام - صور - أجواء فاسدة...) أن تؤثر على مشاعري وأعصابي، وفي نفس الوقت أحاول ضبط نفسي.. هذا يؤدي إلى صراع داخلي.. الأذكى والأطهار لا يسمحون لأنفسهم بالوقوع في مثل هذا الموقف من أساسه، إذ يتحاشون أسباب الإثارة من جذورها.

Cortex ، ولا يمكن أن يحدث شيء خارجاً عن إرادتي...!

٣. حفظ الحواس من الخارج، واستئصال حب الخطية من الداخل بالتوبة الصادقة.

٤. الاعتراف مهم جداً، من أجل فضح شيطان الشهوة.

٥. الهروب من الفراغ، والشبع بالمسيح.

٦. الحذر من اليأس مهما ضعفت..



قيل عن شاب كان يسكن بمفرده ويجاهد من أجل الطهارة، أنه من شدة القتال كان يسقط في الزنا مراراً كثيرة. فاستمر يجاهد بصبر. وكان يكمل قانون عبادته بحرص ويقول في صلاته يارب أنت ترى شدة حالي، وشدة حزني، فانتشلي يارب، لأنني مثل الطين أشتاق وأحب الخطية، ولكن أنت الإله الجبار إجعلني أكف عن هذه النجاسة. لأنك إن كنت ترحم القديسين فقط فليس هذا بعجيب، وإن كنت تخلص الأطهار فقط فما الحاجة، لأن أولئك مستحقون.. ولكن إرحمني أنا غير المستحق ياسيدي، لأنني إليك أسلمت نفسي.. وكان

يكرر هذه الطلبات كل يوم سواء أخطأ أو لم يخطئ. فلما كان ذات يوم وهو مستمر في هذه الصلاة أن الشيطان ضَجَرَ من حُسْن رجائه، فظهر له وجهًا لوجه وهو يرتل بمزاميره وقال له: "أما تخزي أن تقف بين يديّ الله وأنت بهذه الحالة، وتتطق اسمه بفمك النجس؟! فقال له الشاب: "أست أنت تضرب مرزبة.. فأنا أيضًا أضرب مرزبة..! أنت توقعني في الخطيئة، وأنا أطلب من الله الرحوم أن يتحنن عليّ. فأنا سوف أستمّر على هذا الصراع حتى يدركني الموت، ولن أقطع رجائي من إلهي، وسننظر من الذي يغلب، أنت أم رحمة الله..!!"

فلما سمع الشيطان كلامه قال: "مِن الآن لا أعود إلى قتالك لئلا تأخذ تسببي أكاليل نتيجة رجائك في إلهك". وتتحّى عنه الشيطان منذ ذلك اليوم..!

٧. مناجاة إسم يسوع (الصلاة السهمية المستمرة) قوة جبارة لا تُفهر..

كل مَنْ يقول يا ربّي يسوع

كمن بيده سيف يصارع العدو

[إبصالية الإثنيين]

٨. فكر الإلتضاع، والتذلل أمام الله، والمطانيات حتى ترفع الحرب ويمتلئ القلب والفكر بالسلام والنقاوة.

٩. المحبة النقية الباذلة لكل من حولي، والبعد عن الأنانية، والخروج من دائرة الذات والكبرياء والكرامة الشخصية.. بالإهتمام بالآخرين، والخدمة.

١٠. حفظ الفكر.. إذ أنه هو المدخل.. لأن الشهوة إذا حبلت تلد خطية، والخطية إذا كملت تنتج موتاً (راجع يعقوب ١) فالوقاية خير من العلاج، واستئصال الخطية في بدايتها أسهل بكثير من انتزاعها بعد أن تكون قد مدت بعض الجذور في القلب والفكر..

١١. التشفع بالقديسين الأطهار:

- العذراء أم النور ملكة الأطهار، البتول، النقية، الحنونة،

الشفيعة الأمانة لجنس البشر. التي قدمت شعباً كثيراً لله على مرّ العصور بواسطة طهارتها.. فكل من يتعلق بها، تعلّمه الطهارة وتعينه وتقويه حتى ينتصر.

- مارجرجس الطاهر..

- بوثامينا العفيفة..



– كثير من القديسين والقديسات..

وهنا نذكر قصة لطيفة تبين لنا قيمة التسفّع بقديسي الطهارة، في مواجهة حروب الشهوات:



حدث أن جُرب أحد الإخوة بقتال الزنا فذهب إلى القديس الأنبا دانيال، وكشف له أمره. فقال له الأنبا دانيال: يا إني اذهب إلى الدير الذي دُفنت فيه القديسة توماييس^(*)، ثم اجعل مبيتك ومقامك فوق مدفن الآباء هناك وصلي قائلاً: "يا إله توماييس العفيفة أعني ونجيني من محنة الزنا". وإني أوّمن أنك ستخلص من هذه المحنة. فقام الأخ ومضى إلى الدير الذي دُفنت فيه القديسة، وفعل كما أوصاه الشيخ. وبعد قليل هدأت نفسه وبطلت التجربة عنه، فعاد إلى القديس أنبا دانيال وقال: "يا أبي إني عتقت بقوة الرب يسوع المسيح"، فسأله أنبا دانيال: كيف تم ذلك؟ فقال له: "إني كنت مداوماً

(*) توماييس شابة قديسة ماتت وهي تدافع عن طهارتها.

على الانسحاق والصلاة إلى الله وعمل المطانيات، وبعد أن نمت
ظهرت لي القديسة وقالت لي: "خذ هذه البركة وامض بسلام" فلما
أخذت البركة خف القتال وأيقنت أنني تحررت منه..
فقال له أنبا دانيال: "كل من جاهد من أجل العفة، يكون له
عند الله دالة عظيمة.."

١٢. الوقت الذي يسبق النوم يجب أن أقضيه في صلاة وتسبيح،
وأنام ويكون اسم يسوع على شفتي حتى لا أعطي الشيطان فرصة
لإثارتي بالأفكار أو المناظر الخبيثة.

✠ ✠ ✠

الفصل العاشر

الجنس الآخر

هناك مشكلة تقابل الفتى والفتاة في بداية مرحلة المراهقة، وهي أنه يحس بميل خفي نحو الجنس الآخر.. يودّ أن يقترب منه، ويود أن يتعرف عليه... لكنه يريد أيضاً أن يحتفظ بنقاوة قلبه، ويخشى أن تؤدي معرفته بالجنس الآخر إلى تعكير طهارته.. فماذا يفعل؟! الحقيقة أن التعرف على الجنس الآخر شيء ضروري للحياة الناجحة... ولكن كيف؟! هذا هو السؤال المهم..!

اخوتي الأحباء... أرى أننا نحتاج إلى ثلاثة أمور:
فهم جيد للجنس الآخر - نظرة نقية للجنس الآخر - تعامل
سوي مع الجنس الآخر.

١ - فهم جيد للجنس الآخر:

لابد أن يفهم الولد طبيعة البنت، والبنت طبيعة الولد، حتى



يستطيعا أن يتكيفّا مع بعضهما أثناء التعامل في كافة الميادين،
وبالأكثر حتى يستطيعا فيما بعد أن يعيشا حياة زوجية ناجحة...
وفي محاولة متواضعة، أحاول ذكر بعض الصفات البسيطة التي
تميّز طبيعة كل جنس على حدة:

طبيعة الولد	طبيعة البنت
١- يميل إلى استخدام قواه البدنية والعضلية.	١- تميل إلى الرقة والهدوء.
٢- لايهمه صورته الخارجية كثيرا.	٢- تهتمها كثيرا صورتها الخارجية، وأن يمدحها الناس على ذلك.
٣- يريد إنهاء أي عمل بسرعة.	٣- تحتاج تمهيدا لكل عمل، وتنزعج إذا صدر لها أوامر سريعة.
٤- العقل غالبا ما يأخذ مكانه قبل العاطفة.. التي قد يحتقرها، ويعتبرها ضعفا.	٤- العاطفة غالبا ما تكون هي المدخل لشخصيتها قبل العقل.
٥- يقل عنده الصبر، وخاصة في الأمور الصغيرة.	٥- تتميز بالصبر بوجه عام.
٦- كلمات التقدير والتشجيع ترفع من روحه المعنوية وتسندة إلي حد ما.. ولكنه يستطيع أن يعمل بدونها.	٦- كلمات التقدير والتشجيع هي أساسية جدًا جدًا لكي تستمر في العمل والابتكار...

٧- المناظر الخليعة تثير غريزته بشكل مباشر.. بل وقد تشوّه نظرتة للفتيات بوجه عام.

٨- يحب أن يحصل على القيادة، ويحب في المرأة خضوعها له، وهدوءها ومسكنتها... ويكره المرأة الغنيفة أو المتسلطة.

٩- الغريزة هي أول ما يثار عند الولد، وهي أول ما يتبادر إلى ذهنه أن يستعمله. أما العاطفة فهي تتكون بمرور الوقت.

١٠- لا يهتم كثيراً النظام والترتيب والمسات الجمالية.

١١- لا يحب أن تقوده فتاة، ولكن إذا استراح لها فهو يطلب مشورتها، ويسمع لها.

١٢- النضوج الجسمي والعاطفي يحدث متأخراً بعض الشيء عن البنت.

١٣- يرتاح للفتاة الرقيقة، أما الفتاة الخليعة فقد يشتبهها، ولكن لا يقبل فيما بعد أن تكون هي شريكه حياته.

٧- الصور الخليعة لا تثيرها بوجه عام، وإنما تثيرها بعض الكلمات أو اللمسات.

٨- لا تميل إلى القيادة، وتحب في الرجل أن يقف بجانبها، ويقودها بغير تسلط ولا خشونة أو عنف، بل برزانة، وتفاهم وقوة ومحبة.

٩- العاطفة هي أول ما يثار عند البنت، أما غريزتها فهي تفكر فيها في مرحلة متأخرة جداً عن الولد، لذلك فهي لا تطلبها في البداية.

١٠- يهتم بالترتيب والمسات الجمالية كثيراً.

١١- يهتم في البداية أن تثق في الفتى، وبعدها تستطيع أن تسير معه بأمان.

١٢- النضوج الجسمي والعاطفي يحدث مبكراً عن الولد بحوالي سنتين.

١٣- لا تستريح للتعامل الجاف، وتفضل دائماً اللطف في التعامل.

١٤ - أكثر جرأة وأقل خجلاً في كثير من المواقف.	١٤ - هي أكثر خجلاً وأقل جرأة.. ولكن خجلها في حدود المعقول هو شيء محبوب ولطيف.
١٥ - يميل للأمور العملية أكثر من الخيال.	١٥ - تميل للخيال أكثر من الولد.

والآن.. إذا استطاع كل منا أن يفهم طبيعة الجنس الآخر لأمكننا أن نحتمل بعضنا بعضاً، ونعذر بعضنا إذا صدر أي أمر يخالف طبيعة جنسنا.. وهذا سيُكسبنا مهارة هامة في التعامل تساعدنا فيما بعد في الحياة الزوجية.. إذ أن مشاكل كثيرة تنشأ في الحياة الزوجية، نراها الآن، سببها الأساسي عدم فهمنا للجنس الآخر، والإحساس بما يحس به..

عندما تفهم طبيعة من تتعامل معه ⇨
 ⇨ وتتنازل لتحسن بإحساساته ⇨
 ⇨ ستصل حتماً إلى شركة علاقات ناجحة معه!

٢- نظرة نقية للجنس الآخر:

في مرحلة المراهقة، يزداد الميل نحو الجنس الآخر لنستكشفه بعيوننا، ومن خلال أحاديثنا معه...

الميل نحو الجنس الآخر هو ميل طبيعي نقي من الله، ولكن **الخطورة** أن تتجه عيوننا بنظرات استكشافية خاطئة، أو نتصل بالجنس الآخر عن طريق أحاديث عابثة غير هادفة.. في الأغلب تنحدر بهذا الميل الطبيعي إلى دائرة الجسد والشهوات القبيحة، أو على الأقل يتلوث الفكر والحواس بأمور الجسد.. وينسى الإنسان أنه أمام شخص له كرامته، بل كأنه أمام لعبة يتلهى ويتسلى بها..

النظرة النقية نحو الجنس الآخر هي أن أنظر كفتى للفتاة

- كشخصية محترمة لها كرامتها.
- كشريكة لي في الإنسانية، وعلى نفس مستواي، وليس أقل..
- أنا أحتاجها، وهي تحتاجني.. وكلنا سنكمل بعضنا بعضًا.
- هي ليست مجرد جسد أشتهي، بل لها فكر وتطلعات.. لها وزنها كشخصية لا تقل عني في شيء..
- هي أختي ولا أقبل إيذاءها أو جرح مشاعرها.
- أحترمها وأقدرها مهما كانت هي تهمل في حق نفسها.

- كما أني كمسيحي أؤمن أنها هيكل لله، مثلي تمامًا، وجسدها هو أعضاء المسيح، فكيف أنظر لأعضاء المسيح نظرة شريرة..
بالتأكيد البنات اللاتي يرتدين الملابس الخليعة لا يدرين أنهن يعرّين جسد المسيح... ولكن مهما حدث من أختي الفتاة، فلن أغير نظرتي لها، فهي ليست شيطانًا، بل عظم من عظمي، ولحم من لحمي (تك ٢: ٢٣).

وهكذا كفتاة أنظر للفتى، بنفس النظرة ودائمًا اعتبره:

- أنه أخي.. الذي أحجّاه..
- هو إنسان وليس ذنبًا أو شيطانًا..
- إن كان هناك المستهتر (الشقي) فهناك أيضًا الطاهر البشوش اللطيف.
- إن كان هناك الفتى المشاغب، فيمكن بالبرقة والطف وطول الأناة ليس فقط التعامل بنجاح معه؛ وإنما الله يستطيع تغييره تمامًا ليصبح وديعًا رقيقًا هادئًا..

النظرة النقية السليمة للجنس الآخر هي عامل أساسي من عوامل نجاح الحياة العملية.. وهي أيضًا من أساسات تكوين الشخصية السليمة..

|| "إن كانت عينك بسيطة (نظرتك نقية) فجسدك كله
يكون نيراً، وإن كانت عينك شريرة فجسدك كله
يكون مظلماً." (راجع لو ١١ : ٣٤) ||

٣- تعامل سوي مع الجنس الآخر:

التعامل مع الجنس الآخر فن هام وضروري للحياة، والمفروض ان نبدأ في اكتسابه تدريجياً منذ بداية مرحلة المراهقة في ظل المبادئ التي شرحناها... مع مراعاة أن علماء التربية يفضلون عدم المخاطرة بتكوين مجتمعات مختلطة بلا حدود في سن الإعدادي والثانوي، حيث لا تكون القوى الروحية والذهنية التي تقود العاطفة والغريزة في الإنسان قد نضجت بالقدر الكافي بعد.. لذلك تحدث أخطاء كثيرة إذا كان هناك اختلاط عام في مثل هذه السن. أما بعد ذلك في مرحلة النضج؛ فالاختلاط - الذي يجب أن يكون له حدوده أيضاً - هو مناخ صحي للحياة.

وهنا نلخص أربعة إرشادات للتعامل السوي مع الجنس الآخر:

(١) المحبة والاحترام للجميع بدون تخصيص، فالتخصيص يكون فيما بعد في الزواج فقط.. أما تكوين الثنائيات في سن مبكر

عن الزواج، أو خارج إطار الاستعداد للزواج، فهو لعب بالنار، وإهدار لسمعة البنت قبل الولد!

(٢) وضوح الهدف في التعامل... فيجب أن تكون العلاقة هادفة، وليست عابثة. ليس لمجرد الاستلطاف فقط، الذي يجلب الأفكار ثم يؤدي إلى السقوط.. بل تعامل له هدف محدد (في الدراسة - في الكنيسة - في الخدمة... إلخ) وينتهي التعامل بانتهاء الموضوع. وهنا يمكن القول أن:

[المجتمع المختلط هو مجتمع عمل، وليس مجتمع صداقات]

هذه حقيقة اجتماعية تربوية.

(٣) أن يكون التعامل في النور، وليس في الخفاء.. حتى لا نعطي الشيطان فرصة لاستغلال الموقف.

(٤) أراعي كولد أن أتعامل برقة ولطف مع البنت. أحترمها وأعطيها كرامتها، ولا أرحها بكلمة عنيفة، وأصبر محاولاً تفهم موقفها. وأضبط دائماً عيناى في التطلع إليها، حتى لا تتحرك غرائزي في اتجاه الفكر الخاطئ.

(٥) أراعي كينت أن أتعامل بجدية مع الولد. بكل احترام. وأراعي الحشمة الكاملة في الملابس والتحرك وطريقة الكلام أمامه،

حتى لا أعثره. وأحتمل بصبر سرعته وانفعالاته. ولا أتعالى عليه
أو أهزأ برأيه. وأضبط عواطفى تجاهه، وأكون متعلقة معه، أفكر
جيداً قبل الكلام أو التصرف.



ملاحق الكتاب

(١) باقية من آيات الكتاب المقدس

تنير لنا طريق الطهارة

+ احفظ نفسك طاهرًا. [١ تيمو ٥: ٢٢]

+ سراج الجسد هو العين. فمتى كانت عينك بسيطة فجسدك كله يكون نيرًا. ومتى كانت شريرة فجسدك يكون مظلمًا.

[لو ١١: ٣٤]

+ أما أنا فأقول لكم أن كل من نظر إلى امرأة ليشتتها فقد زنى بها في قلبه. فإن كانت عينك اليمنى تعثر فاقلعها والحقها عنك، لأنه خير لك أن يهلك أحد أعضائك، ولا يلقى جسدك كله في جهنم.

[مت ٥: ٢٨-٢٩]

+ العين لا تشبع من النظر، والأذن لا تمتلئ من السمع. [جا ٨: ١]

+ عهدًا قطعت لعيني فكيف أتطلع في عذراء. [أي ٣١: ١]

+ الحسن غش والجمال باطل. أما المرأة المتقية الرب فهي تُمدح.

[أم ٣١: ٣٠]

+ لا تتفرّس في العذراء لئلا تعثر محاسنها. [بن سيراخ ٥: ٩]

+ لا تسرح ببصرك في أزقة المدينة ولا تتجول في أخليتها. إصرف طرفك عن المرأة الجميلة ولا تتفرس في حُسن الغريبة. فإن حُسن المرأة أغوى كثيرين. وبه يلتهب العشق كالنار [بن سيراخ ١٩-٧:٩]

+ لا تنقلب مع كل ريح، ولا تسير في كل طريق. فإنه كذلك يفعل الخاطي.. [يشوع بن سيراخ ١١:٥]

+ اجعل عشرتك مع العقلاء، وكل حديثك في شريعة العلي. [يشوع بن سيراخ ٢٣:٩]

+ من يحفظ فمه ولسانه، يحفظ من الضيقات نفسه.
[أم ٢١:٢٣]

+ أما الشهوات الشبابة فاهرب منها، واتبع البر والإيمان والمحبة والسلام مع الذين يدعون الرب من قلب نقي. (٢ تيمو ٢:٢٢)

+ فإن طهر أحد نفسه من هذه؛ يكون إناءً للكرامة مقدسًا نافعًا للسيد مستعدًا لكل عمل صالح. (٢ تيمو ٢:٢١)

+ النساء يزينّ ذواتهن بلباس الحشمة، مع ورع وتعقل لا بصفائر أو ذهب أو لآلي أو ملابس كثيرة الثمن.. [١ تيمو ٢:٩]

+ ملاحظين سيرتك الطاهرة بخوف. ولا تكن زينتك الخارجية

من ضفر الشعر والتحلّي بالذهب ولبس الثياب، بل إنسان القلب
الحفي في (الروح) العديمة الفساد، زينة الروح الوديع الهادي الذي هو
قدّام الله كثير الثمن. [١بط ٣: ٢-٤]

+ كل من يجاهد يضبط نفسه في كل شيء. [١كو ٩: ٢٥]
+ لا بد أن تأتي العثرات، ولكن ويل لذلك الإنسان الذي به تأتي
العثرة...! [١٨: ٧]

+ الجسد ليس للزنا بل للرب، والرب للجسد. [١كو ٦: ١٣]
+ اهربوا من الزنا. كل خطية يفعلها الإنسان هي خارجة عن الجسد.
لكن الذي يزني يخطئ إلى جسده. [١كو ٦: ١٨]
+ إن عشتُم حسب الجسد فستموتون. ولكن إن كنتم بالروح تُميتون
أعمال الجسد فستحيون. [رو ٨: ١٣]

+ اسلكوا بالروح، فلا تكملوا شهوة الجسد. [غل ٥: ١٦]
+ الذين هم للمسيح قد صلبوا الجسد مع الأهواء والشهوات
[غل ٥: ٢٤]

+ الذكي يبصر الشر فيتوارى، والحمقى يعبرون فيعاقبون. [أم ١: ٢٣]
+ أنتم الآن أنقياء لسبب الكلام الذي كلمتكم به. [يو ١٥: ١٣]

تدريب

استخرج الشواهد التالية بالترتيب من كتابك المقدس... ستحصل على رسالة شخصية تشجّعك على حياة الطهارة..

اكتبها في المساحة البيضاء الموجودة أمامك..

غل ١: ٣-٤، مت ٥: ٨، أف ٥: ٣-٤، في ٢: ١٥، اتسا ٤: ٣-٥،
لوا ١: ٣٤، ٢ تيمو ٢: ٢١، اكو ٦: ١٨، غل ٥: ٢٤، اكو ٦: ١٣،
اكو ٦: ١٥، رو ٦: ٣، عب ١٢: ١٤، غل ٥: ١٦، رو ٨: ٦،
اتسا ٥: ٢٣، اكو ١٦: ٢٣-٢٤.

(٢) آيات مختارة من المزامير للحفظ

(من صلوات الأجيّة)

تستطيع الصلاة بها في أي وقت، وتستخرج أيضا كسلاخ مضاد
لحروب النجاسة

+ احفظني يارب فاني عليك توكلت.

+ تقدمت فرأيت الرب أمامي في كل حين، لأنه عن
يمينى لكي لا أزعزع.

+ عيناى تنظران إلى الرب في كل حين، لأنه يجتذب من
الفخ رجلى.

+ احفظ نفسى ونجّنى. لا أخزى لأنى عليك توكلت.

+ اللهم التفت إلى معونتي يارب أسرع وأعني.

+ أنت معينى ومخلصى يارب فلا تبطئ.

+ معونتي من عند الرب الذى صنع السماء والأرض.

+ الرب لا يترك عصا الخطاة تستقر على نصيب
الصديقين.

+ من الأعماق صرخت إليك يارب. يارب استمع صوتي.

+ ضع يارب حافظاً لقي وباباً حصيناً لشفتي.

+ خلّصني يارب، فإن البار قد فنى.

+ يارب: لك أنا فخلّصني، يارب لأنّي لو صاياك طلبت.

+ نفسي في يديك كل حين، وتاموسك لم أنس.

+ خير لي أنك أذللّنتني حتى أتعلم حقوقك.

+ أعني فأخلص، وأدرس في وصاياك كل حين.

+ قومّ خطواتي كقولك، ولا يتسلّط عليّ إثم.



(٣) باقية من أقوال الآباء عن العفة

وهي خلاصة اختبارتهم وجهادهم من أجل حياة الطهارة

+ إياك والنجاسة، فهي تفصل الإنسان عن الله.

+ احرص على طهارة جسدك، وسلامة قلبك.

✠ مار انطونيوس السرياني ✠

+ إذا حَسُنَ لك الزنى؛ اقتله بالتواضع، والجأ بنفسك إلى الله

فتستريح. وإذا حُوربت بجمال الجسد فتذكر نتائجه بعد الموت

فإنك تستريح.

✠ الأنبا موسى الأسودي ✠

+ ابتعد عن نظر وسماع مالا يفي، فتتخلص من فعل مالا يفيد.

✠ القديس باسيليوس ✠

+ اضبط عينيك لئلا تنظر الأرضيات، وتصير غريباً من السماويات.

✠ أحرر الآباء الشيوخ ✠

+ إذا نظرت إنساناً متواضع القلب طاهراً، فعن أفضل من هذا

المنظر لا تبحث!

+ إذا أحببت الأطهار، فإنهم يكونون لك أصدقاء، ومعهم تصل
إلى مدينة الله المملوءة نوراً.

✠ القريس باخوميوس ✠

+ وضعت قدمي على قمة هذا العالم، عندما صرت لا أخاف شيئاً
ولا أشتهي شيئاً...

✠ القريس أغسطينوس ✠

+ كما تطرد الكلب؛ جاوب بانتهار شيطان الزنا.

✠ أحرر الآباء الشيوخ ✠

+ لا يوجد علاج يضاد أفكار الزنا مثل التأمل في آلام سيدي
يسوع المسيح وموته.

✠ القريس أغسطينوس ✠

+ الذي يُقاتل بالزنا ولا يُمسك بطنه [عن الشراهة في الأكل]
يشبه إنساناً يطفئ النار المشتعلة بالزيت والقش...!
ومن يقاتل الزنا بالصيام وحده دون اتضاع، فهو كمن يسبح
البحر العظيم بيد واحدة.

✠ القريس يوحنا الدرّجي ✠

+ اتعب نفسك في قراءة الكتب، فهي تُخلصك من النجاسة.
﴿ القريس أنبا أنطونيوس ﴾

+ إن الشهوة لا تغلبنا لأنها أقوى منا. بل من أجل عجزنا
وتراخيها.. لأنها لا تجسر أن تقاتلك إن لم تأذن لها إرادتك!
﴿ القريس فيلوكسينوس ﴾

+ ٤ أمور تحفظ الشباب من الفكر الرديء: القراءة في الكتب
المقدسة - طرح الكسل - القيام في الليل للصلاة - التحلي
بالتواضع دائماً.

﴿ القريس الأنبا موسى الأسو ﴾

+ العين تشتهي النظر... وأولاد الله لهم مناظر شهية وحسنة
يشبعون العين منها: الصليب.. الجراحات.. منظر المسامير.. منظر
الأذرع المفتوحة.. منظر الرأس المنكس.. إنها مناظر شهية جداً
يجب أن تتدرب عليها العين وتتمتع بها وتمتلئ منها... إنها شهية
ومُشبعة..

﴿ القمص بيشوي كامل ﴾

خاتمة

كلمة للخدام والمربين والآباء والأمهات

+ هذا المنهج المبسط يمكن استخدامه لتسليم الأولاد والبنات بصورة متدرجة مبادئ نقية للتربية الجنسية... ذلك الموضوع الحيوي في مرحلة المراهقة..

+ يتم التدريس إيماناً منا بأن الطهارة أساسية لكي يرى الإنسان الله.. وأن من يقتنيها يتقدم بسرعة في حياته الروحية والاجتماعية متمتعاً بصحة نفسية، وشخصية متماسكة ناجحة..

+ المبادرة بالتوعية يجب أن تأتي من البيت والكنيسة.. لأن **الخادم قائد**.. فلا يجب أن ننتظر حتى يختبر أولادنا الخطية، ثم نحاول ترميم الشروخ..!

+ يجب أن نعترف أن هناك عجزاً واضحاً في البيوت من ناحية تقديم الثقافة الجنسية السليمة.. ولعل هذا الكتاب ينير ويشجع، ويعطي المنهج، فيكون بهذا خطوة في طريق إصلاح هذا الخل..

+ يمكن تشجيع أبنائنا على قراءة هذا الكتاب، بأن نهديه لهم كهدية

شخصية ثمينة.. ونتابعهم في قراءته، ويمكن قراءة بعض الأجزاء منه مع ابني أو ابنتي، في جلسات خاصة، مع تفسير معاني بعض الألفاظ غير الواضحة، وخاصةً بالنسبة للسن الصغير (١٠-١٢ سنة).

☆ كيف نوصل الثقافة الجنسية ؟

(١) الأسلوب الفردي :

- أجب إجابات واضحة صادقة وقوية.
- إشرح شرحًا متدرجًا في الإقتقاد.. (أو في جلسات خاصة مع ابنك أو ابنتك).
- إسع لتكوين صداقة مع المراهقين، على مستوى حب حقيقي، وفهم متبادل، وليس بصورة المفتش أو القاضي.
- إحذر اقتحام حياة الأولاد الخاصة في هذا الأمر نهائيًا.

(٢) الأسلوب الجماعي :

- يتم تدريس المنهج الذي بين يديك في صورة نقاط متدرجة، ويحتاج لطريقة عرض متزنة وقوية هادئة..
- يفضل بداية الحديث في ختام الصف الأول الإعدادي (١٢-١٣

سنة)، ويكون على جرعات تدريجية مع زيادة السن..

يكون الحديث في ندوات خاصة لكل مرحلة سنية، الصف الأول الإعدادي على حدة، الصف الثاني على حدة، والثالث على حدة.. في الكنيسة، أو في معسكر أو خلوة، ويفضل أن يكون ممدودًا لأكثر من جلسة واحدة.

☆ إرشادات للحديث في هذا الموضوع :

١- أولاً الحديث في هذا الموضوع ليس خطية، وليس عيبًا، فإله لم يخلق فينا شيئًا دنسًا، ولم يستح أن يضع فينا هذه الغريزة وهذه الأعضاء، وبالتالي لا مانع أن نعرف عنها قدرًا كافيًا من المعلومات التي تساعدنا في فهمنا لأنفسنا، والتكيف الجيد مع إمكانياتنا.

٢- يجب أن يشعر المتكلم والسامع بوقار هذا الموضوع، فاحترام الجنس هو احترام لله الذي خلقه، ومن يحتقره أو يتكلم بغير لياقة، يحتقر الله وينتقص من خلقه المباركة.. فيجب أن نتفادى كلا التطرفين (الابتذال والتكتم).

٣- الجنس هو قدس أقداًس الإنسان.. فيه بذرة الحياة..

ويستخدمه الله لمشاركته في تكميم عملية الخلق.. فكم تكون كرامته!!؟

٤- يجب تناول هذا الموضوع بصراحة، ولكن بدون الدخول في تفاصيل دقيقة قد تكون مثيرة أو معثرة، فالعبارات يجب أن تكون مقننة وواضحة، ومركزة بدون إطالة.

٥- يجب عرض الحديث بصورة متكاملة لكل الأبعاد... جسديا وروحيا ونفسيا... لأن العرض المبتور الذي تنقصه الأبعاد الروحية والإنسانية والكنسية، يعزل الجنس في بؤرة الجسد والشهوة والغريزة الحيوانية.

٦- من المهم جدا تناول هذا الموضوع في الكنيسة بالشرح والتوعية، والمتابعة العملية، بقلب مفتوح وفكر ناضج وأبوة وأمومة صادقة... لأن الفتى والفتاة في هذه المرحلة يريدون معلومات تساعد على اكتشاف أسرار هذه الغريزة... وإذا لم يجدوا الإجابات من مصادر الكنيسة النقية الصادقة... إجابات وافية سليمة مقدسة، مشبعة بروح الكنيسة والآباء القديسين، مبنية على أساسات علمية وتربوية سليمة... سينحرفون للخارج يريدون الحصول على هذه المعلومات من مصادر العالم (أصدقاء- أفلام- كتب...) فيأخذونها ملوثة مشوهة، مصحوبة بخبرات شريرة تدمر حياتهم..

فلا بد على أهمهم الكنيسة أن تقدم لهم اللبن العقلي غير الغاش لكي ينموا به، ويضعوا ثقتهم في الكنيسة أهم، فتكون هي ينبوع التعليم الصادق بالنسبة لهم... وهذا يثبت فيهم أيضا أهمية أن يأخذوا دائما أي معلومات يطلبونها من مصادر نقية..!

٧- ليس كل شخص مؤهل للحديث الجيد البناء في هذه القضية الهامة، الدقيقة. لذلك يجب أن تهتم الكنيسة بإعداد خدام متخصصين، ذوي شخصيات متمكنة، وتشجعهم وتصلق موهبتهم لقيادة الفكر في مجال تعليم سن إعدادي وبالذات في هذا الموضوع... مع ملاحظة أن الجرأة ضرورية، وأن البداية قد يشوبها بعض التوتر من جراء حساسية الموضوع، ولكن هكذا تكون فقط البداية... ومع الوقت، واكتساب خبرة الحديث، والصلاة العميقة قبل الكلام، تزول هذه السلبية. وكلما كان المتكلم تائبا، مملوءا من النعمة، وله خبرة حية مع الله في حياته الشخصية، كلما كان لحديثه فعل السحر في الذين يسمعون!

الله قادر أن يبارك أولاده وبناته، ويحفظهم أطهارا،
وبلاعيب ولادنس كل أيام حياتهم. آمين.



﴿ بعض المراجع ﴾

وللمزيد من المعرفة عن الموضوع

- + عظمات مسجلة للمتتبع الأتبا بيمن أسقف ملوي، ولنفاة الأتبا موسى أسقف الشباب، حول هذا الموضوع.
- + بستان الروح الجزء الأول "باب الطهارة" للمتتبع الأتبا يونس أسقف الغربية.
- + طهارتي - للأرشيدياكون رمسيس نجيب.
- + مع تساؤلات الشباب حول العفة - للأرشيدياكون رمسيس نجيب.
- + الجنس مقدسا - سر الحب - قضاية شبابية واجتماعية، وكتب أخرى حول هذا الموضوع، للمتتبع الأتبا بيمن.
- + "ليعرف الصبي" [كتاب مترجم] تقديم المتتبع القمص يوسف أسعد.
- + "الجنس ومعناه الإنساني" د. كوستي بندلي - منشورات النور.
- + "كيف نجيب على أسئلة أولادنا عن الجنس" د. كوستي بندلي.
- + "الجسد والعفة والحب" مجموعة من المؤلفين. منشورات النور.
- + من يجيبني؟ للفتيان، من يهديني؟ للفتيات. دار المشرق - بيروت - لبنان.
- + نبذات روحية هادفة - للمتتبع القمص بيشوي كامل.
- + ربّ ولدك - الدكتور ج. دوسون.
- + فردوس الأَطهار - القمص أنسطاسي الصمونيلي.
- + إليك يا أخي الشاب - القمص تادرس يعقوب ملطي.
- + دعوني أنمو - القمص تادرس يعقوب ملطي.

+ بستان الرهبان.

+ احفظ نفسك طاهرا - المتتيح القمص مينا اسكندر.

+ القديسة مريم المصرية. القمص بيشوي عبد المسيح والمتتيح الأستاذ/ يوسف حبيب.

أخي الحبيب... أختي الغالية...

إذا دار بذهنك أي سؤال حول موضوع العفة، فيمكنك أن تكتب إلينا كل أسئلتك، ونحن نضمن لك السرية في حالة طلبك ذلك..

وبنعمة المسيح سنجيب على سؤالك على صفحات مجلة **صوت الراهب** أو في خطاب خاص... وإذا أمكننا سنحاول وضع أهم الأسئلة مع الإجابات لتتشر في الطباعات التالية من هذا الكتاب، لتعم الفائدة..

شكر خاص لكل الآباء الكهنة والخدام والخدامات الذين
عاونوني بملاحظاتهم ومساهماتهم القيّمة في إعداد مادة
هذا الكتاب.. الرب يعوض الجميع بالبركة والنعمة.

﴿ الفهرس ﴾

صفحة	
٤	+ تقديم: "طهارة قوة لا عجز"
٦	+ مقدمة
٩	+ تمهيد: "هل الطهارة ممكنة؟"
١١	+ الفصل الأول: "موقع الغريزة الجنسية في الإنسان"
١٨	+ الفصل الثاني: "التركيب الجسمي للأعضاء الجنسية"
٢٢	+ الفصل الثالث: "الجنس إنسانياً"
٣٤	+ الفصل الرابع: "الجنس مسيحياً"
٤٤	+ الفصل الخامس: "حياة العفة في مرحلة المراهقة والشباب"
٥٩	+ الفصل السادس: "كيف أعيش طاهراً؟"
٧٨	+ الفصل السابع: "الفيض الليلي"
٨٢	+ الفصل الثامن: "الاحتشام"
٨٩	+ الفصل التاسع: "العادة الرديئة"
١٠٠	+ الفصل العاشر: "الجنس الآخر"
١١٠	+ ملاحق الكتاب
١٢١	+ خاتمة: "كلمة للخدام والمربين والآباء والأمهات"
١٢٦	+ بعض المراجع
١٢٨	+ الفهرس

صديقي .. صديقتي ..

هذا الكتاب الهام الذي بين يديك، أودّ أن
يكون بداية لصداقة مباركة مع شخصك العزيز..
ويسعدني جدًا أن أتلقى:
آراءك وملاحظاتك..
أسئلتك واستفساراتك..

الرب معك .. يحفظك حيثما تذهب ..

القس يوحنا نصيف شرقاوي

الكنيسة المرقسية بالاسكندرية

١٩ ش كنيسة الأقباط - محطة الرمل

تليفون وفاكس: ٠٣/٤٨٤١٨٦٦

الثمن ١٧٥ قرش

Bibliotheca Alexandrina



0607085

